الإيمان
والصحة النفسية

تأليف
الأستاذ الدكتور
عبد الرحمن العيسوى
أستاذ علم النفس
بكلية الآداب - جامعة الإسكندرية

الناشر
المكتب العربى الحديث
٣٠ شارع سوتير - الاسكندرية
جمهورية مصر العربية
ت : ٤٨٤٦٤٨٩



بسم الله الرحمن الرحيم

وإذا مرضت فهو يشفين

الشعراء ٨٠

ولا أقسم بالنفس اللوامة

القيامة ٢

ونفس وما سواها فألهمها فجورها وتقواها

الشمس ٧

إن كل نفس لما عليها حافظ

الطارق ٤

صدق الله العظيم



إهداء

إلى روح أبى الطاهرة

إلى المؤمنين فى كل أرجاء

عالمنا الإسلامى والعربى

المؤلف

شكر وتقدير
للحاج أحمد يحى

إذ كان لابد وأن يرجع الفضل الى أهله، والتقدير الى صاحبه، فإنى أبادر بتقديم الشكر والتقدير للأستاذ الكبير الحاج أحمد يحيى صاحب ومدير المكتب المصرى الحديث للطباعة والنشر بالقاهرة فلقد كان سيادته الوحى الذى استلهمت منه فكرة وضع هذا الكتاب. فمن أحاديثه معى الصافية بمعانى الإيمان والتقوى والورع والخشوع والطمأنينة والسكينة والرحمة... من هذه الأحاديث الأخوية التى دارت بينى وبينه انبثقت فكرة هذا الكتاب. فلقد كان سيادته عائداً لتوه من الأراضى الحجازية المطهرة، فحدثته مهنئاً بسلامة الوصول، وداعياً له بالحج المبرور المبارك، فإقترح ـ مشكوراً ـ أن أضع له كتاباً للقارئ العام.... لكل أبناء المجتمع، بصرف النظر عن تخصصاتهم العلمية أو مستوياتهم الثقافية، كتاب للشعب، يعالج أهمية الإيمان الروحى الراسخ، فى الحفاظ على صحة الفرد العقلية والنفسية وحمايته من الجريمة والجنوح والإنحراف والعنف والعدوان والتعصب والتزمت والتطرف والإرهاب والخروج على الشرع وعلى القانون. كتاب يهضمه الجميع ويخاطب وجدان الجميع. ولقد أدرك بحسه المرهف إننا نعيش فى وقت أصبحنا فى أمس الحاجة فيه الى العودة إلى حظيرة الإيمان الراسخ النقى، وإلى التمسك بالإعتدال والتوسط وعدم الجنوح الى التطرف والعنف. ولمس بذكائه المعهود وواسع خبرته فى عالم العلم والثقافة، أن الإيمان ينفع صاحبه ويحميه من مشاعر القلق والتوتر والصراع والطمع والجشع والأنانية والتكالب والحقد والحسد والغيرة والكراهية والبغضاء.... إلخ وإنطلاقاً من ثقافته القانونية والمامه بالقانون منذ أن كان دارساً بكلية الحقوق دعانى لكتابة هذا الكتاب.

الإيمان يهدى صاحبه الى سواء السبيل، ويكفل له السعادة فى الدنيا والآخرة، وهو خير عاصم من الزلل والخطأ وإرتكاب المعاصى والآثام والحيدة عن

جادة الصواب.

حدثنى الحاج **أحمد يحى** حديث الرجل المؤمن فخرج كلامه من القلب، فحل فى القلب، واستحسنت أفكاره وآرائه السديدة، وتلقفت هذه الفكرة وأخذت الخيط من صاحبه، وشعرت أننا فى حاجة فعلاً الى دفع الأمراض والشرور ـ التى أخذت تنال من عضد مجتمعنا، فبادرت شاكراً، بكتابة هذا الكتاب والذى يسجل بكل معانى الاعزاز الفكرة لصاحبها وهو الأخ والصديق الحاج أحمد يحيى الذى أدى وما يزال يؤدى رسالة عظيمة فى خدمة العلم والعلماء والثقافة والمعرفة فى جميع ربوع عالمنا العربى والإسلامى، فى المؤلفات التى يصدرها تشع أنوار العلم والثقافة والمعرفة وتبدد ظلام الخرافة والتزمت وتدعم مشاعر الوطنية تلك المشاعر التى يمتلئ بها حسه ووجدانه الوطنى العامر.

المؤلف
أ. د. عبد الرحمن العيسوى

لمحة وفاء نادرة :

بعد أن انتهيت من إعداد هذا الكتاب كان الحاج أحمد يحيى قد رحل عن عالمنا الى جوار ربه الكريم، وإذا بشقيقه الحاج العربى صاحب ومدير عام المكتب العربى الحديث للنشر بالاسكندرية، يعلن عن وفائه لشقيقه وإصراره على تحقيق رغبته وهو فى رحاب الملكوت الأعلى، ويتولى هو نشر هذا الكتاب تحقيقاً لأمنية غالية كان المغفور له الراحل الكبير المرحوم أحمد يحيى تواقاً الى تحقيقها فى حياته.

فنعم الوفاء بين الأخوة، تلك القيمة التى عز وندر وجودها فى هذه الأيام

دكتور
عبد الرحمن العيسوى

الفصل الأول
مكافحة الإسلام للتطرف والتزمت والعنف

* مقدمة.
* التعريف بالصحة العقلية والنفسية.
* مكافحة الإسلام للتطرف والعنف.
* الأثر النفسى للإستقامة.
* الإسلام مدرسة جامعة.
* النهى عن الشح والبخل وأثره.
* عمومية الدعوة للتوسط والإعتدال.
* الأثر النفسى للدعوة للحلم والاناة والرفق.
* أثر الدعوة الإسلامية للسلم والسلام.
* نزعات التطرف وأثرها على معركة الإنتاج.



مقدمة

يسرنى أن أقدم للقارئ العربى الكريم كتابى الجديد **«الإيمان والصحة النفسية»** راجياً من المولى عز وجل أن يحقق به بعض النفع، سيما وقد أصبحنا فى وقت نحن فى أشد الحاجة فيه الى العودة الى حظيرة الإيمان الراسخ والصافى والنقى، والمعيشة فى ظلال الإيمان ورحاب التقوى والورع، وغيرها من القيم الإسلامية الأصيلة، المودة والسكينة والاستقرار والطمأنينة والصدق والوفاء والإخلاص فى العمل، والتوكل على الله الخالق العظيم، وطلب التوبة النصوح، والإلتزام والطاعة وإحترام القانون والشرع وولى الأمر. والتمسك بقيم الحق والعدل والإنصاف والرحمة والشفقة والمودة والتحاب والإخاء والتعاون فى البر والتقوى، والتضامن والتساند والتماسك الإجتماعى، والعودة الى مظلة الإنتماء الإسلامى والوطنى والعربى والأسرى، والتمسك بآداب الفضيلة والعفة والشرف وطهارة القلب واليد، والبعد عن الخبث والخبائث والشر والعدوان والبغض والكراهية والحقد والحسد والغيرة والإنتقام والأذى وإرتكاب المعاصى والآثام والذنوب والتمسك بالآداب الإسلامية والتأسى برسولنا الكريم والهدى المحمدى المطهر لننعم بالصحة النفسية الجيدة وبثواب الآخرة ونعيمها.

المؤلف

أ. د. عبد الرحمن العيسوى

التعريف بالصحة العقلية والنفسية

الإيمان هو ما وقر فى القلب وصدقه العمل. ومعروف أنه يشمل النواحى الفكرية والعقائدية والروحية والأخلاقية والسلوكية، كما يشمل وينعكس على جميع جوانب حياة الفرد والجماعة. وأنه السبيل الأكيد للسعادة فى الدنيا والآخرة، والتمسك بأهداب الفضيلة والعفة والأمانة والشرف والصدق والوفاء والولاء والإخلاص والتقوى والورع والخشوع والرحمة والشفقة والعطف والحنان والمودة والسكينة والطمأنينة والإستقرار النفسى والإجتماعى والسياسى والإقتصادى. فالإيمان يوفر لصاحبه الآمان النفسى والشعور بالتوكل على الله تعالى القوى العظيم والسند المتين. يشعر الانسان المؤمن بأنه دائماً ليس وحده، وأنه لا يقف فى الميدان وحيداً فريداً تعصف به الرياح والأنواء وتفترسه الأزمات والكوارث وتتجاذبه الصراعات والأعاصير. الإيمان يوفر الأمن والأمان للمجتمع. وببساطة الإيمان يعنى أن يؤمن الفرد بكل ما جاء به الإسلام من التعاليم والهدى والشرائع والقواعد والأصول، وأن يلتزم قولاً وفعلاً بالإسلام عقيدة وسلوكاً وأن يملأ الايمان قلبه وحسه ووجدانه وعقله وحياته.

إذا كان هذا هو ما يشير إليه الايمان فما الذى نقصده بالصحة النفسية والعقلية وما هى العلاقة أو الصلة التى تقوم بين الإيمان والصحة النفسية والعقلية للفرد والجماعة؟

الصحة النفسية والعقلية والأخلاقية تشير الى معانى متعددة منها خلو الانسان من كافة الأمراض النفسية والعقلية والانحرافات السلوكية أو الأخلاقية، ومن كافة مظاهر الشذوذ، ويتضمن هذا التعريف الاشارة الى ما يعانيه الفرد من أعراض تصاحب هذه الأمراض كالقلق الشديد والتوتر والصراع والألم والحزن والكآبة والشك والارتياب وفقدان الثقة فى النفس وبخس الانسان لقيمته وشعوره بالإضطهاد من قبل المجتمع والشعور بالضيق والمعاناة من الأرق والسهاد وتشتت الذهن والسرحان وفقدان القدرة على التركيز والتحصيل والانجاز، والشعور بالكسل

والتراخي والخمول وبلادة الذهن وعدم الشعور بالمسئولية وكراهية الذات وكراهية الناس. وفي بعض الحالات الحادة الميل الى الانتحار والتبلد أو الجمود العاطفي أو الانفعالي والخلل في الإدراك وفي التفكير وفي ادراك الصلة بين العلة والمعلول وفي الاستدلال والانطواء والانزواء والانسحاب وفي الحالات الشديدة المعاناة من الهلاوس وهي عبارة عن مدركات حسية سمعية أو بصرية أو شمية أو ذوقية أو لمسية يدركها المريض، ولكنها غير موجودة في الواقع، كأن يسمع أناساً يسبونه أو يسيرون خلفه، ومن تلك الأعراض الحادة ما يعرف بإسم الهذاء أو الضلالات وهي أفكار زائفة كأن يعتقد المريض أنه مصنوع من الخزف أو الصيني وأنه عرضه للكسر أو الشعور بأن المجتمع يحيك للمريض المؤامرات ويدبر لإغتياله. ومن تلك الأعراض الهوس وكثرة الحركة والحيوية أو الولع الشديد بشيء معين أو بفكرة معينة ومن ذلك الهوس الفني أو الديني والهوس الجنسي.

نقول إن من بين تعاريف الصحة النفسية الخلو من الأمراض النفسية والعقلية والانحرافات الأخلاقية، ويقصد بالأخيرة الشذوذ الجنسي والادمان ونزعات الاجرام والجنوح وفقدان الضمير الخلقي. ولكن مجرد الخلو من الأمراض لا يكفي وحده كي نصف الفرد بالتمتع بالصحة النفسية والعقلية إذ لابد وأن يقوم بدور إيجابي وفاعل في الحياة من أجل إسعاد نفسه وجماعته ومن أجل تحقيق أهدافه وأهداف وطنه، كأن يعمل وينتج ويضيف الى خير المجتمع ونفعه، يقوم بدوره وبما يتوقعه منه المجتمع.

ومن معاني التكليف أو التمتع بالصحة النفسية والعقلية عدم وجود صدام بين الفرد وبين المجتمع، ومؤدى ذلك أن يلتزم الفرد بطاعة القوانين والقواعد واللوائح والنظم والأعراف والعادات والتقاليد السائدة أو المنتشرة في المجتمع وكذلك المثل والمعايير والمبادئ التي يعتنقها المجتمع، ومعنى ذلك عدم الخروج على المجتمع وقيمه.

ومعنى ذلك أن يمتثل الفرد لقيم المجتمع. وتعرف هذه النظرية بنظرية الامتثال ويكفي أن يكون الفرد على علاقة وئام وانسجام وتناغم مع المجتمع، بل لابد أن

يكون على علاقة وئام وانسجام مع ذاته، بمعنى أن يكون راضياً عن ذاته، وذلك لأن أساس رضى الانسان عن الغير هو رضاؤه عن نفسه. وبلغة علم النفس خلو الانسان من الصراعات الداخلية التى يدور رحاها بين عناصر سخصيته الداخلية، ومعنى ذلك عدم وجود صدام بين شعوره ولا شعوره، أو بين وعيه ولا وعيه، وهى الذات الدنيا والذات الوسطى والذات العليا. فليس من الضرورى أن يصطدم الانسان بالواقع الخارجى المحيط به حتى يمرض، وإنما قد يحدث هذا الصدام مع ذاته أو على مستوى الداخل. ومن هنا كانت ضرورة تحرير الفرد، لكى ينعم بالصحة النفسية والعقلية الجيدة، تحريره من الصراعات الداخلية ومن مشاعر الحقد والغل والغيره والحسد والبغض والكراهية والأنانية والجشع والطمع والتكالب والانتقام والثأر والعدوان والتنافس البغيض وغرس بدلاً منها فى حسه ووجدانه مشاعر الحب والود الوفاء والعرفان والتفاؤل والرحمة والشفقة والاخلاص فى النية والولاء والرضا فى الإسلام، والنبل والشعور بالإطمئنان والايثار والرغبة فى التضحية من أجل إسعاد الغير وإلى جانب الخلو من الأمراض والقيام بنشاط إيجابى والامتثال لقيم المجتمع وإمتلاك المشاعر الإيجابية، إلى جانب كل هذا وفوق كل هذا الإيمان بالله تعالى وبرسله وبكتبه واليوم الآخر والإيمان بالثواب والعقاب والجنة والنار وبالقضاء والقدر والإيمان بكل ما تتضمنه العقيدة الإسلامية بكل تفاصيلها وجزئياتها، فالإيمان الكامل والشامل هو السبيل الأكيد للتمتع بالصحة النفسية والعقلية وينعكس ذلك على صحة الفرد الجسمية وعلى حياته الأسرية والإقتصادية والإجتماعية والسياسية.

الإنسان المتكيف يشعر أنه قد حقق ذاته، وأنه يرضى عنها ويقوم بينه وبين المجتمع علاقة إنسجام ووئام وحب وإخاء وتفان.

مكافحة الإسلام للتطرف والعنف

الأهمية النفسية للوسطية :

إسلامنا الحنيف يربى أبناءه على التمسك بالتوسط والاعتدال وعدم التطرف أو التزمت أو التعصب أو العنف أو العدوان مصداقاً لقوله تعالى **﴿وكذلك جعلناكم أمة وسطا لتكونوا شهداء على الناس﴾** (البقرة ١٤٣).

وعلى ذلك على المسلم أن ينبذ التطرف والمبالغة، وأن يتحلى بالإعتدال والوسطية. ولا شك أن خير الأمور الوسط. وهذه الوسطية مدعاة للتمتع بالصحة العقلية والنفسية ولتحاشى الوقوع فى كثير من المشكلات والأزمات والصدام مع الدولة والمجتمع.

وعلم النفس الحديث يقدر فكرة الوسطية هذه فى دعواه لتنشئة الفرد، منذ الصغر، على أساس من الإعتدال فى كل شئ وفى معاملة الطفل بين الشدة واللين أو التدليل والقسوة وكذلك التوسط فى إشباع حاجات الفرد فى المأكل والمشرب وفى الجنس وفى كل جوانب حياة الانسان. فلا إسراف ولا تقتير ولا تبذير ولا شح ولا بخل ولا غل اليد الى العنق. إهتداء بقوله تعالى **﴿ولا تجعل يدك مغلولة الى عنقك ولا تبسطها كل البسط﴾** (الإسراء ٢٩) فالدعوة التربوية الإسلامية نحو التوسط والإعتدال دعوة عامة لكل جوانب شخصية الانسان ومناحى حياته حماية الانسان من أضرار الإسراف فى كل شئ ومن ذلك تناول الطعام لما فى ذلك من آثار سيئة تنجم عن السمنة بالإصابة بأمراض القلب والدورة الدموية. ولنتأمل فى هذا التوجيه البليغ **﴿وكلوا واشربوا ولا تسرفوا﴾** (الأعراف ٣١). وكذلك قوله تعالى **﴿والذين اذا انفقوا لم يسرفوا ولم يقتروا﴾** (الفرقان ٦٧) وكذلك قوله فى النهى عن الاسراف والبذخ والمبالغة **﴿ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين﴾** (الانعام ١٤١) وقوله عز وجل **﴿وكلوا واشربوا ولا تسرفوا أنه لا يحب المسرفين﴾** (الأعراف ٣١).

والمسلم مدعو للتوسط بين العمل والجد والكفاح والكسب الحلال من الطيبات ومن الرزق لإعالة نفسه وأهله وأبنائه وبين عبادة الله تعالى وأداء الفرائض كما فى قوله تعالى **﴿وإذا قضيت الصلاة فإنتشروا فى الأرض﴾** (الجمعة ١٠) فالمسلم يعطى لكل شئ حقه فى إعتدال وتناسق وتناغم وتوسط والمسلم مدعو للبعد عن التطرف والعنف وإذا آضطر للجدال فبالحسنى إهتداء بقوله تعالى **﴿وجادلهم بالتى هى أحسن﴾** (النحل ١٢٥) وقوله تعالى **﴿ولا تجادلوا أهل الكتاب إلا بالتى هى أحسن﴾** (العنكبوت ٤٦) والمؤمن لا يرتكب الخطايا والمعاصى، لأنه يشعر دائماً أنه تحت مراقبة المولى عز وجل مصداقا لقوله تعالى **﴿وهو معكم أينما كنتم﴾** (الحديد ٤) وقوله تعالى **﴿يعلم خائنه الأعين وما تخفى الصدور﴾** (غافر ١٩) وكذلك يظل طاهراً أيضاً خالصاً من الذنوب ومن الشعور بالإثم. وهذه المشاعر السالبة تقود الى الإصابة بالأمراض النفسية وينبغى على المسلم أن يتخذ من الإيمان منهجاً وفلسفة لكل جوانب حياته فعن رسول الله ﷺ أن الإيمان معناه **«أن تؤمن بالله، وملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر، وتؤمن بالقدر خيره وشره»** (رياض الصالحين ٤١).

الأثر النفسى للإستقامة

والإيمان يدفع صاحبه نحو الإستقامة، والاستقامة تكفل له الجنة وتحميه من الأمراض العقلية والنفسية وشتى ضروب الإنحراف والجنوح. كما أن الاستقامة تبعد مشاعر الحزن والخوف إهتداء بقوله تعالى **﴿إن الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا تتنزل عليهم الملائكة أن لا تخافوا ولا تحزنوا وأبشروا بالجنة التى كنتم توعدون نحن أولياؤكم فى الحياة الدنيا وفى الآخرة ولكم فيها ما تشتهى أنفسكم ولكم فيها ما تدعون نزلاً من غفور رحيم﴾** (فصلت من ٣٠ - ٣٢).

والإسلام دين التوسط والإعتدال فى كل شئ فلقد جاء فى باب الاقتصاد فى الطاعة قوله **﴿يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر﴾** (البقرة ١٨٥) وقوله **﴿طه ما أنزلنا عليك القرآن لتشقى﴾** (طه ١، ٢).

النهى عن الشح والبخل وأثره الطيب :

وفى الوقت الذى يحث اسلامنا الخالد أبناءه على عدم الاسراف أو الافراط والمبالغة والبذخ، ينهانا، أيضاً، عن البخل والشح والتقتير، إهتداء بقوله عز وجل **﴿وأما من بخل واستغنى وكذب بالحسنى فسنيسره للعسرى وما يغنى عنه ماله إذا تردى﴾** (الليل ٨). وقوله أيضاً **﴿ومن يوق شح نفسه فأولئك هم المفلحون﴾** (الحشر ٩). وقول رسولنا الكريم ﷺ «اتقوا الظلم، فإن الظلم ظلمات يوم القيامة، واتقوا الشح، فإن الشح أهلك من كان قبلكم، حملهم على أن سفكوا دماءهم واستحلوا محارمهم» رواه مسلم.

الإسلام مدرسة جامعة

الإسلام مدرسة جامعة مانعة شاملة لكل حياة الإنسان فى الدنيا والآخرة. فالمسلم مدعو للتمسك بالقناعة والعفاف والاقتصاد فى العيش والانفاق كما أنه مدعو لتحاشى السؤال من غير ضرورة وفى الآيات الآتية أسمى معانى التربية الروحية التى تشعر المؤمن بالأمن والأمان وتحضه على التوسط والإعتدال وذلك فى قوله تعالى **﴿وما من دابة فى الأرض إلا على الله رزقها﴾** (هود ٦). وقال تعالى **﴿للفقراء الذين أحصروا فى سبيل الله لا يستطيعون ضربا فى فى الأرض يحسبهم الجاهل أغنياء من التعفف تعرفهم بسيماهم لا يسألون الناس إلحافا﴾** (البقرة ٢٧٣). وكذلك قوله **﴿والذين إذا أنفقوا لم يسرفوا ولم يقتروا وكان بين ذلك قواما﴾** (الفرقان ٦٧). وكذا قوله **﴿وما خلقت الجن والانس إلا ليعبدون ما أريد منهم من رزق وما أريد أن يطعمون﴾** (الذاريات ٥٦). وقول رسولنا الكريم ﷺ «ليس الغنى عن كثرة العرض (*) ولكن الغنى غنى النفس» متفق عليه وقوله ﷺ «قد أفلح من أسلم ورزق كفافاً وقنعه الله بما آتاه» رواه مسلم.

عمومية الدعوة للتوسط والإعتدال

فالدعوة للإيمان بالتوسط والإعتدال تشمل النواحى المادية كالمأكل والمشرب والملبس وكذلك النواحى المعنوية أو الفكرية أو العقائدية.

---

* كثر العرض أى كثرة المال.

الأثر النفسى للدعوة للحلم والأناة والرفق

ومعروف، فى إطار علم النفس الحديث، أن العنف أو التدمير أو التخريب أو التسرع يؤدى بصاحبه الى حافة المرض العقلى أو النفسى. ومن حكمة الهدى الإسلامى الحض على الحلم والأناة والرفق والهدوء وتحاشى الغضب والثورة والعدوان وذلك كما جاء فى الهدى القرآنى الكريم والسنة النبوية المطهرة بقوله تعالى **﴿والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس والله يحب المحسنين﴾** (آل عمران ١٣٤) وقوله **﴿خذ العفو وأمر بالعرف واعرض عن الجاهلين﴾** (الأعراف ١٩٩) وقوله **﴿ولا يستوى الحسنة ولا السيئة إدفع بالتى هى أحسن فإذا الذى بينك وبينه عدواة كأنه ولى حميم وما يلقاها إلا الذين صبروا وما يلقاها إلا ذو حظ عظيم﴾** (فصلت ٣٢ - ٣٥). وقول رسولنا الكريم «إن الله رفيق يحب الرفق ويعطى على الرفق ما لا يعطى على العنف وقوله أيضاً «إن الرفق لا يكون فى شئ إلا زانه ولا ينزع من شئ إلا شانه» رواه مسلم.

وفى المجال السياسى يأمر الإسلام ولاة الأمور بالرفق برعاياهم والشفقة عليهم وعدم التشديد عليهم أو إهمال مصالحهم كما فى قوله تعالى **﴿واخفض جناحك لمن اتبعك من المؤمنين﴾** (الشعراء ٢١٥) وقوله **﴿إن الله يأمر بالعدل والاحسان وإيتاء ذى القربى، وينهى عن الفحشاء والمنكر والبغى يعظكم لعلكم تذكرون﴾** (النحل ٩٠).

ومن تعاليم الإسلام الاقتصاد فى الوعظ حتى لا يجد المؤمن مشقة بالغة وذلك فى قوله تعالى **﴿أدع الى سبيل ربك بالحكمة والموعظة الحسنة﴾** (النحل ١٢٥).

أثر الدعوة الإسلامية للسلم والسلام

والإسلام، ولا شك، دعوة سلم وسلام بين الأفراد والجماعات والدول، وليس أدل على ذلك من أن تحية المسلم للمسلم هى السلام، والدعوة للسلام والتحلى والتمسك بالسلام، ومعنى ذلك نبذ العنف والتطرف والعدوان والشر، فقد جاء فى القرآن الكريم الدعوة للسلام والأمر بإفشائه وبيان فضله **﴿يا أيها الذين آمنوا لا تدخلوا بيوتاً غير بيوتكم حتى تستأنسوا وتسلموا على أهلها﴾** (النور ٢٧) وقوله تعالى **﴿فإذا دخلتم بيوتاً فسلموا على أنفسكم تحية من عند الله مباركة طيبة﴾** (النور ٦١). وكذلك قوله **﴿وإذا حييتم بتحية فحيوا بأحسن منها أو ردوها﴾** (النسا ٩٦) وقوله تعالى **﴿هل آتاك حديث ضيف إبراهيم المكرمين إذ دخلوا عليه فقالوا سلاما قال سلام قول منكرون﴾** (الذاريات ٢٤ – ٢٥).

وفى الجانب الإقتصادى من حياة المسلم يدعوه الإسلام الى عدم إضاعة المال فى غير وجوهه التى أذن الشرع فيها منعاً للتبذير والاسراف والبذخ واضاعة المال وما قد ينجم عن ذلك من الافلاس والفقر كما فى قول النبى الكريم **«إن الله تعالى يرضى لكم ثلاثاً ويكره لكم ثلاثا، فيرضى لكم أن تعبدوه ولا تشركوا به شيئاً، وأن تعتصموا بحبل الله جميعاً ولا تفرقوا ويكره لكم قيل وقال وكثرة السؤال واضاعة المال»**. رواه مسلم.

ويحض الإسلام على عدم اللجوء الى العنف أو التطرف المادى أو الفكرى كما فى الهدى النبوى المطهر «لا يشر أحدكم الى أخيه بالسلاح، فإنه لا يدرى لعل الشيطان ينزع فى يده فيقع فى حفرة من النار» متفق عليه وقوله ﷺ أيضاً «من أشار الى أخيه بحديدة فإن الملائكة تلعنه حتى وإن كان أخاه لأبيه وأمه» متفق عليه.

ومن هنا يجدر بنا أن نشير فى السطور القادمة الى معنى التطرف وسمات الشخص المتطرف وأسباب نشأة المذاهب المتطرفة والآثار المترتبة على التطرف وخاصة على قضية من قضايا الأمة فى الوقت الراهن وهى قضية التنمية.

نزعات التطرف
وأثرها على معركة الإنتاج

مفهوم التطرف :

تشتق لفظة تطرف فى الانجليزية من الصفة متطرف ولهذه اللفظة معان متعددة، فهى تعنى الشديد أو البالغ أو الصارم أو الحازم أو المفرط أو النهائى أو الأخير أو الأقصى أو الأبعد، أو النهاية أو الطرف أو طرف التناسب أو الدرجة القصوى أو الافراط أو الحد الأقصى. كما تشير الى الاجراءات والسلوكيات المتطرفة أو الاتجاه العقلى المتطرف، ومن ذلك يشتق المذهب الفكرى أو الفلسفى والذى يتسم بالتطرف وهو «التطرفية» أو الراديكالية أى المذهب المتطرف أو مذهب التطرف. أما الشخص المتطرف فهو الشخص الذى يذهب فى آرائه أو فى سلوكه الى أقصى اليمين أو الى أقصى اليسار أى الى نهاية أحد الأطراف، وهو الشخص الذى يبتعد عن الوسطية أو التوسط والاعتدال وبالتالى يبتعد عما تراه الأغلبية من أبناء المجتمع، فالتطرف خروج على رأى الأغلبية.

وقد يظهر هذا التطرف فى العديد من مظاهر سلوك الفرد، فقد يتطرف فى شئون الادارة أو التفلسف أو الفكر أو السياسة أو الدين أو الفن. وقد يتطرف الفرد فى مناصرته لحزب سياسى أو لناد رياضى أو لجماعة علنية أو سرية مشروعة أو محظورة. كأن يتطرف الفرد فى اعتقاده فى صحة المذهب الشيوعى أو الماركسى أو الرأسمالى. وقد يتطرف مدير المؤسسة فى أسلوبه الإدارى مع التابعين له. وكما يكون التطرف أو المبالغة فى جانب الشدة والتزمت والصرامة والقسوة، قد يكون فى جانب التسيب والإباحية والفوضى والانحلال والتحرر من سلطان القيم والمبادئ والمثل. وقد يكون التطرف فى التغرب أو التفرنج والمباهاة والمغالاة فى تقليد كل ما هو غربى مستورد. وقد يتطرف الأب فى تأديب أبنائه فيزيد من الصرامة والشدة والحزم والحسم معهم، وقد يميل الى استخدام القسوة والتزمت الزائد عن الحد. فيشب الأبناء إما على نفس الدرجة من التزمت والتطرف أو

ينتهجون منهجاً مغايراً أو مضاداً أو معاكساً للمنهج الذى عانوا منه فى طفولتهم، فيميلون الى التسيب الزائد والفوضى واللامبالاة.

أسباب التطرف أو الردايكالية :

وجدير بالرشارة القاء الضوء على الأسباب التى قد تدفع الفرد الى انتهاج التطرف والمبالغة.

من المعروف فى اطار التراث السيكولوجى المعاصر، ان الانسان ليس وليد عامل سببى واحد، كأن يكون العامل الوراثى أو العامل البيئى أو العامل الميلادى، ولكن الانسان محصلة التفاعل بين مجموعة العوامل الوراثية ومجموعة العوامل البيئية ومجموعة العوامل الميلادية.

ويقصد بالعوامل الميلادية تلك العوامل التى لا تعد وراثية، بمعنى أنها ليست منقولة عن الآباء والأجداد عبر ناقلات الوراثة أى الجينات وهى ليست بيئية، بمعنى أنها غير ناتجة عن تفاعل الانسان واحتكاكه بالبيئة وانخراطه فيها، فالعوامل الميلادية ليست وراثية وليست بيئية. وتتضمن مؤثرات تؤثر فى الجنين فى مرحلة الحمل والولادة مثل اختلاف فصيلة دم الأم عن فصيلة دم الأب، وزواج الأقارب، وادمان الأم للخمور والمخدرات، وتعاطيها للأدوية والعقاقير دون الاستشارة الطبية، وتعرضها للأشعة والسموم والتدخين، وممارسة الرضايات العنيفة والتعرض للحوادث والاصابات واصابتها بالأمراض والحميات فى فترة الحمل وخاصة الحصبة الألمانية، وكذلك تعرضها للضعف والهزال أو أمراض سوء التغذية. والى جانب ذلك تعرض الأم الحامل للانفعالات العنيفة.

هذه الصورة العامة لقضية السببية بالنسبة لنشأة الانسان ونموه وتكوين اتجاهاته. ولكن من البديهى أن الانسان لا يرث التطرف أو الراديكالية عن طريق ما يتلقاه من الجينات من الاباء والأجداد... فالتطرف اتجاه عقلى ونفسى واجتماعى مكتسب أى متعلم من البيئة من جراء الاختلاط والتفاعل مع الظروف البيئية التى يشب فى كنفها الفرد. وفى معظم حالات التطرف يتعرض الفرد فيها لعملية بالغة الخطورة والتأثير وأعنى بها عملية غسيل المخ.

عملية غسيل المخ :

وجدير بالإشارة أن هذا المصطلح مصطلح استعارى، بمعنى أنه لا يوجد عملية غسيل بالمعنى الحسى أو المادى للغسيل، وإنما هى عملية نفسية تؤدى الى زرع أفكار واتجاهات ومعايير وآراء وقيم فى ذهن الفرد، زرعها أو غرسها بإستخدام أساليب شتى، واقصاء قيم الفرد السابقة، ومن هذه الأساليب عزل الفرد أو تعريضه للمجاعة أو القسوة والشدة والخشونة لإرغام الفرد على رفض أو اقتلاع قيم أو مثل أو معتقدات معينة، وإعتناق غيرها مع الوعد بنيل الجزاء الطيب والمكافآت. وفى عملية غسيل المخ يتم زرع الأفكار عنوة، ويخضع العميل لمؤثرات قوية من طرف واحد هو الجهة التى تجرى عملية غسيل المخ. وقد تعمد الجماعات السرية والمحظورة لممارسة عملية غسيل المخ مع ضحاياها كما تستخدم مع أسرى الحروب ومع المجرمين للحصول على اعترافاتهم وما لديهم من معلومات.

أثر عملية التنشئة الإجتماعية :

من العمليات المهمة فى تكوين شخصية الانسان وصقلها وفى تكوين اتجاهاته وميوله واهتماماته وعقائده وأفكاره، عملية التنشئة الاجتماعية ويميل كاتب هذه السطور الى عدم الاكتفاء بترجمة هذا المصلطح بالتنشئة أو التطبيع الاجتماعى. إذ يرى أن هذه العملية يجب أن تتناول اعداد الفرد وتنشئته وتطبيعه اجتماعياً ووطنياً ودينياً وأخلاقياً وسياسياً ووطنياً وعربياً، بحيث يشب شخصية متكاملة ومتكيفة وسوية ومنتمية انتماء للوطن وللاسلام وللعروبة وللأسرة. وفى الماضى كانت المناهج الدراسية تتضمن مادة مهمة هى التربية الوطنية ولا ندرى لماذا تم حذفها من المناهج والمقررات الدراسية رغم الحاجة اليها ؟؟! وتساعد عملية التنشئة هذه الفرد على حسن التكيف وعلى أن يصبح عضوا نافعاً فى المجتمع، منتمياً اليه متلزماً بمبادئ المجتمع ومثله ومعاييره وأخلاقياته وقوانينه ونظمه وقواعده، ولذلك تسهم عملية التنشئة فى تحقيق الوحدة الوطنية والتماسك الاجتماعى والتساند والتضامن والانتماء والتكافل والالتزام والانضباط والطاعة وتساعد الفرد على حسن الاتصال والتواصل مع غيره من الجماعات والأفراد.

وعن طريق هذه العملية يمتص الطفل أو يستدخل فى ذاته أو يستدمج قيم المجتمع ومعاييره وتصبح جزءا لا يتجزأ من كيانه الشخصى، وتصير معاييره هو وقيمه هو وهى العملية التى تساعد الفرد على حسن التكيف مع ذاته ومع المجتمع والمفروض أن تسير هذه العملية على أساس من التوسط والاعتدال فى تربية الفرد فلا افراط فى القسوة ولا افراط فى التدليل والدلع، وترك الحبل على الغارب والفوضى، فلا يخضع الطفل لتجارب من الحرمان أو الاهمال والنبذ والطرد والقسوة والصرامة، كما لا يتعرض للتدليل الزائد عن الحد والاذعان المطلق لتلبية طلباته وحاجاته كيفما وأينما ومتى شاء، ولكن لابد من تعويده على الضبط والربط والتحكم فى دوافعه وارجاء أو تأجيل إشباع بعض حاجاته والغاء بعضها الآخر كلية. ذلك لأن الافراط فى التدليل، شأنه فى ذلك الافراط فى القسوة يضر بصحة الطفل النفسية، ومعروف أن خبرات الطفولة تترك بصماتها قوية وراسخة فى شخصية الفرد حتى مرحلة الرشد والكبر. إذا شب الطفل على القسوة والتزمت، فإما أن يشب على هذا النهج هو أيضاً عنيفاً ومتطرفاً، وإما أن يلفظ هذا التزمت وينجرف الى الفوضى والتسيب، وإما أن يشب شخصية خائفة وجاسة هيابه تخشى كل شئ وتعزف عن اقتحام الحياة، أما الافراط فى التدليل فيؤدى الى نشأة طفل ضعيف وخرع لا يقوى على تحمل صعوبات الحياة وإحباطاتها فى المستقبل، فيشب ساخطاً على المجتمع متمرداً عليه لأن المجتمع لم يعطه كما أعطاه الوالدان، بل وكما أسرفا فى العطاء والبذخ معه، نقول الموقف المثالى هو التوسط والاعتدال. ومنذ زمن بعيد قال أرسطو : «الفضيلة علم والرذيلة جهل والفضيلة وسط بين طرفين كلاهما رذيلة وهما الافراط والتفريط» أى الزيادة المطلقة وترك الشئ نهائياً والاستغناء عنه.

ولقد سبق اسلامنا الخالد علم النفس الحديث حين دعا للتوسط والاعتدال والوسطية.

وإذا ما تساءلنا عن الأسباب التى قد تقود الى التطرف أو الى اعتناق المذاهب الراديكالية، فإننا نلمس العديد من العوامل المسئولة عن ذلك. ومعروف أن

الراديكالية يميل أصحابها الى إحداث تغيرات متطرفة فى الفكر أو فى العادات والتقاليد وفى السلوك والنظم والفلسفات والسياسات، ويميلون الى إحداث التغيرات الجذرية فى مؤسسات المجتمع، وقد يميل الشاب نحو التطرف لإثبات ذاته أو لتحقيق وجوده، وكأنه بتطرفه، يريد أن يقول «ها أنا هنا أمامكم» ولعله يسير وفقاً للمثل السائرة «خالف تعرف». وقد يكون التطرف ناجماً عن فقدان الشعور بالثقة بالنفس أو الشعور الدفين بالنقص والدونية. وقد يتأتى التطرف من تأثير التقليد والمحاكاة ومجاراة أقران السوء، وقد يكون تعبيرا عن الفشل والاحباط، وعندما لا يجد الشاب المنافذ التى يعبر من خلالها عن مشاعره وانفعالاته، وقد يتأتى ذلك أيضاً من عدم توفر فرص مشاركة الشباب فى الأنشطة الايجابية أو أخذ رأيهم فى الحسبان. وقد يتأتى من المعاناة من البطالة أو الفقر والعوز ومن عدم توفر العدالة الاجتماعية بين طبقات المجتمع وقد ينجم التطرف المحلى من تأثير التيارات الوافدة من خارج المجتمع، وقد تشجع عليه بعض المؤسسات أو الهيئات الخارجية رغبة منها فى إحداث بعض القلاقل داخلياً. وفى جميع الأحوال فإن الشخصية المتطرفة شخصية غير سوية وغير مكتيفة وغير منتمية وتعانى من الاغتراب عن المجتمع وربما عن الذات. وقد يكون التطرف من جراء الحقد الطبقى. كذلك قد يلجأ الشاب الى التطرف من جراء ارتفاع مستوى طموحه بما يتجاوز حدود الامكانات والقدرات المتاحه له والمتوفره فيه حين يحلم شاب اليوم المنحدر من أسرة رقيقة الحال يحلم فى السيارة الفارهة والفيلا الفاخرة والزوجة الارستقراطية المالكة. وقد يكون التطرف من باب التباهى ولفت الأنظار.

ومن الطبيعى أن تكمن وسائل الوقادة والعلاج فى التصدى لهذه الأسباب وتلك الظروف حتى لا يقع مزيد من شبابنا فى مستنقع التطرف المظلم.

علاقة التطرف بالتنمية :

هذا فيما يتعلق بالتطرف وأسبابه وطرق التغلب عليه، أما علاقته بالتنمية فمعروف أن التنمية الشاملة تتضمن التنمية البشرية أى تنمية الانسان فى قواه الجمسية والعقلية والفكرية والروحية والأخلاقية بحيث يضحى مواطنا صالحاً

وقادراً على الانتاج والبذل والعطاء، وتشمل التنمية الشاملة التنمية الزراعية والصناعية والريفية والحضرية والصحراوية والتنمية الادارية والقانونية والعلمية والسياحية والتجارية وتنمية الخدمات.... التنمية بمستواها الأفقى والرأسى، والتنمية فى القرية وفى المدينة. والتنمية التشريعية والقانونية والتنمية من قبل الدولة ومن قبل الأفراد معاً. التنمية المتواصلة التى لا تقف عن حد. والتنمية المستندة الى سياج قوى من القيم الدينية والأخلاقية ومن الكفاءة فى التخطيط والتنفيذ والمتابعة أو تقويم المشروعات التنموية لمعرفة ما حققته وما تعذر عليها تحقيقه وتذليل ما يجابهها من العقبات. والتنمية جهد جماعى مجتمعى يسير فى خط مدروس، ولذلك تقوم التنمية على دعامة قوية جداً هى الانتاج. والشخص المتطرف فكراً وسلوكاً يعوق الجهد التنموى ويعرقل الانتاج ويضع أمامه من العقبات أكثر من مما يضع من السهولة واليسر.

ولا شك أن نزعات التطرف تعد عاملاً معوقاً للنشاط التنموى، لأنه يتطلب كل قطرة عرق، وكل جهد، وكل طاقة، تكمن فى أبناء المجتمع وفى سواعدهم وفى عقولهم، ولذلك فإن التطرف شأنه شأن البطالة والفقر وضعف القيم الدينية والأخلاقية، وضعف الشعور بالانتماء وإختفاء قيم الأمانة والذمة والصدق والشرف والمشاعر الوطنية الصادقة كل هذا يعوق النشاط التنموى وخاصة مشاعر اللامبالاة والتهرب من المسئولية والجهل وعدم التحمس لمشاريع التنمية واحتضانها والتشيع لها.

ولنتناول مع القارئ العربى الكريم بمزيد من الإيضاح الآثار النفسية لحياة التدين، وعلاقة الايمان بالصحة النفسية والعقلية، وكذلك أثر القيم الأخلاقية فى الصحة النفسية، ودور الهدى القرآنى الخالد فى شفاء النفوس، والفضائل الإسلامية وهى عديدة، وأثرها على صحة الفرد النفسية وأخيراً تربية الإسلام وسلامة الصحة النفسية للمسلم.

الفصل الثانى
الآثار النفسية لحياة التدين

* الإيمان والصحة النفسية.
* أثر القيم الأخلاقية فى الصحة النفسية.
* الهدى القرآنى الكريم والصحة النفسية.
* شفاء النفوس من خلال الهدى القرآنى.
* تربية الإسلام وسلامة الصحة النفسية.
* الفضائل الإسلامية وأثرها على الصحة النفسية.

الآثار النفسية لحياة التدين

تمهيد :

الحياة الإسلامية مليئة بكل ما يؤدى الى تمتع الفرد بالصحة النفسية والعقلية والسلامة الجسمية، فالهدى القرآنى الكريم يحض على عدم التكالب أو أن يحمل الانسان نفسه ما لا يطيق أو تحتمل، لأن ذلك يؤدى الى ارهاق النفس، ومن ثم إصابتها بالمرض، يقول الله تعالى **﴿لا يكلف الله نفساً إلا وسعها لها ما كسبت وعليها ما إكتسبت. ربنا لا تؤاخذنا أن نسينا أو أخطأنا. ربنا ولا تحمل علينا أصرا كما حملته على الذين من قبلنا. ربنا ولا تحملنا ما لا طاقة لنا به. واعف عنا واغفر لنا وارحمنا أنت مولانا فإنصرنا على القوم الكافرين﴾** (البقرة ٢٨٦) فمعنى الإسلام الحنيف بما ينفع الفرد فى علاج ما يعترى نفسه من الأمراض والعلل والأزمات والاضطرابات والصراعات والتوترات والمشاكل، ويفتح أمامه دائماً أبواب التوبة النصوح على مصارعها. ولا شك أن استقراء التراث الإسلامى يوضح أن الإهتمام بعلاج النفس ليس وليد اليوم، وإنما له أصول وجذور قوية تكمن فى الدين الإسلامى، عقيدة وسلوكاً، ويظهر الأثر النفسى للتدين فى الزهد والورع والتقوى والرضا والقناعة والشفاعة، وخاصة عند المتصوفة، ويكشف استطلاع التراث الإسلامى كثيرا من الحقائق منها :

١ – إن علماء المسلمين عامة والصوفية خاصة قد اهتموا بأمر النفس وسلوكها وعلاجها.

٢ – وأدركوا كثيراً من المفاهيم والتصورات النفسية.

٣ – أنهم أحسنوا فهم الطبيعة البشرية.

٤ – أنهم أدركوا كثيراً من وظائف النفس.

٥ – أنهم وضعوا كثيراً من أسس ومبادئ السلوك الأخلاقى.

٦ – أنهم وضعوا عددا من المبادئ التى تصلح أن تكون أساساً للارشاد والعلاج النفسى الحديث بل والتربية والتنشئة السوية الصالحة الشاملة لكل جوانب

شخصية المسلم جسمياً وعقلياً وروحياً وخلقياً رفكرياً.

ويدل استقراء التاريخ أن المسألة الأخلاقية أو السلوك الانسانى الأخلاقى كان لدى فلاسفة اليونان القدماء مثل (سقراط وأفلاطون وأرسطو) مسألة فلسفية بحتة، ثم بات جزء من الفكر الدينى مع نزول الديانات السماوية الكتابية التى قدمت الى عقول السائلين حلاً إلزامياً يقر بما تأمر به التعاليم السماوية ثم اتجه الانسان الى أن يتأمل عقله وفكره، فانتقلت المسألة الأخلاقية لتصبح موضوعاً من موضوعات الثقافة الانسانية تعالج الفلسفة أسبابه ونتائجه وتحدد الطريق الموصل الى الفضيلة. ويكشف التراث الاسلامى عن وجود علاقة قوية بين الأخلاق والصحة النفسية والعقلية والجسمية. وإذا كان العقل السليم فى الجسم السليم، فإن العكس صحيح أيضاً. فالجسم السليم الخالى من الأمراض النفسية أو الجسمية أو النفسجسمية إنما يكون مع العقل السليم، وسلامة العقل ترتبط بكمال الأخلاق، وأن جميع قوى الانسان يجب أن تكون مطيعة للعقل، الذى يسيرها على نحو صائب، وللشرع، وتكمن الصحة الجيدة فى الطاعة، وأن للدين التأثير البالغ فى الحفاظ على الأخلاق والصحة النفسية. فى حين كان هناك علماء آخرون مثل (اف. افرانكل) و (كارل جوستاف يونغ) وغيرهما قد استخدموا الدين فى علاج كثير من مرضاهم النفسيين، ولقد رأوا أن من يكون لديه مسبباً للعيش فى الحياة يستطيع أن يتحمل تلك الحياة بأى كيفية تقريباً، وليس هناك سبيل أقوى من العبادة فى تحقيق ذلك، وذلك هو المبدأ الذى يقوم عليه التصوف الإسلامى. ولقد إختلفت نظرة علم النفس الى طبيعة الانسان، فتجد تناقضات واضحة واختلافات كبيرة فى الآراء وتضارب فى شأن هذا الموضوع، فيرى البعض، مثل أصحاب مدرسة علم النفس الانسانى، أنها خيرة، ويرى البعض مثل فرويد صاحب التحليل النفسى أنها شريرة، ويرى البعض الآخر أنها كالصفحة البيضاء التى تمتلىء بما يكتب فيها وما تمر به من خبرات، مثل المدرسة السلوكية ورائدها جون واطسون. أما الاسلام فيعتبر الانسان خيرا بفطرته بكل الجوانب الايمانية والروحية والخلقية، لكن الانسان ابتلى بإمتلاك الاستعداد للتوجه نحو الخير أو الشر، لأن الانسان خلق مخيراً لا مسيراً... فالخير أصل فيه،

ولكن النزوع الى الشر يغطى هذا الخير أحياناً. والعقل هو الذى يضمن الاتزان النهائى واستمرار التغيرات بين الأضداد وهذا وان دل على شئ فإنما يدل على كمال قدرة الله تعالى فى كونه وأنه إله حكيم مدبر وفى ذلك يقول أفلاطون (والانتقال من أحد الضدين الى الآخر أمر لا مفر منه إذ لو كان الانتقال فى اتجاه واحد فقط لإختل التوازن فى الطبيعة) كما أننا اذا نظرنا الى معجزات الأنبياء، فإننا سنجدها تقوم أيضاً على الأضداد لتبين أنه ليس فى استطاعة مخلوق أياً كان أن يغير من طبيعة الأشياء التى خلقت عليها إلا بأمر خالقها ومدبرها، فيتنبه الانسان الى وجود خالق حكيم مدبر لأمر هذا الكون ويشعر بضعفه وصغره أمام هذا الخالق العظيم، فيستجيب قلبه ويلين الى الايمان به وهذا هو الغرض من المعجزات، فالمعجزات تظهر بوضوح طلاقة قدرة الله تعالى فى كونه وتصرفه فيه كيفما يشاء وذلك بأمر منه سبحانه وتعالى بأن يقول للشئ كن فيكون، وأسماؤه الحسنى توضح لنا قدرته تعالى وذلك بتنوعها وتضادها أحياناً حتى أنها تحيط بكل شئ ويكمل بعضها بعضا. فأسماء الله تعالى فى تضادها إنما تدل على صفات كماله وطلاقة قدرته وكما يقول ابن قيم الجوزية (إذ لو كانت ألفاظاً لا معانى فيها لم تكن حسنى ولا كانت دالة على مدح ولا كمال....) فالتضاد فى أسمائه الدالة على صفاته إنما تعنى الشمول والكمال وكل اسم من هذه الأسماء موضوع فى المكان الذى يستحق أى فى المكان المناسب لذلك، فهى تستحق أن توصف بأنها حسنى. وقد استشف الصوفية سمة التضاد من الحياة والكون وجعلوها دعامة رئيسية فى تفسيرهم للأحوال والمقامات فأشاروا بالفناء الى سقوط الأوصاف المذمومة وأشاروا بالبقاء الى قيام الأوصاف المحمودة، ووجدوا أن العبد لا يخلو عن أحد هذين القسمين. وقد ربط الصوفية الأخلاق بالأحوال، ولم يجعلوا المقام مقام قول فقط وإنما جعلوه مقام عمل وأخلاق. الأثر الطيب للعبادات واضح. ووجدوا أن للعبادة دوراً فى اصلاح النفس الانسانية. فالصلاة والدعاء بها يفرغ القلب مما فيه من قلق وهموم ويساعد على حالة الاسترخاء والهدوء النفسى والأمن والتحرر من القلق يساعد على انطلاق طاقة الانسان النفسية التى كانت مقيدة فى أغلال القلق فيشعر الإنسان بتدفق النشاط

والحيوية فى كيانه. وصلاة الجمعة تقوم بدور وقائى وعلاجى، فهى تعين الفرد على تكوين علاقات اجتماعية سليمة وتقوم الخطبة بدور علاجى بالتأثير الذى تحدثه فى زيادة استبصار الفرد لذاته ولمشكلاته وفى تقوية ارادته على مواجهتها والتغلب عليها. كما أن للوضوء فضلاً فى استرخاء العضلات وتخفيف حدة التوتر النفسى. وللصيام فوائد جمة منها تربية وتهذيب النفس وعلاج كثير من أمراض النفس والجسم، وتدريب للانسان على مقاومة شهواته والسيطرة عليها وبث روح التقوى فى الانسان. كما أن فى الزكاة تطهيراً للنفس من صفة الشح الذميمة المهلكة وتعود النفس على العطاء والبذل. وفى الحج تدريبات للانسان على تحمل المشاق، واحتمال المصاعب تقرباً الى الله تعالى وعلى التواضع لله وعلى ضبط النفس والتحكم فى شهواتها واندفاعاتها، وغيرها من الأمور الصالحة المطهرة للنفس الانسانية، فيرجع الانسان من الحج المبرور مغفوراً له كيوم ولدته أمه خال من الهموم التى كانت تثقل نفسه، وهناك علاقة بين الابتلاء والتوبة والطريق الى الايمان والصحة النفسية، فالابتلاء فى اللغة معناه الامتحان والاختبار ويكون إما بالخير أو بالشر وهو من الله تعالى لخلقه جميعاً لا يعفى منه أحد المؤمن والكافر، بل أن أصدق المؤمنين إيماناً أعظمهم ابتلاء، وأن أعظمهم ابتلاء الأنبياء. فالابتلاء خير للمؤمن كما قال رسول الله ﷺ (عجباً لأمر المؤمن، إن أمره كل خير وليس ذلك لأحد الا للمؤمنين إن أصابته سراء شكر فكان خيراً له وان أصابته ضراء صبر فكان خيرا له) رواه أحمد فى مسند. والمقصود بالابتلاء حكم عظيمة، فابتلاء المؤمن كالدواء الذى يستخرج منه الأدواء التى لو بقيت فيه لأهلكته أو نقصت من ثوابه، وأنزلت درجته. والتغلب على محنة الابتلاء تكون بالايمان بأن الانسان وأهله وماله ملك لله جميعاً وأنه سبحانه هو المتصرف فيه على الحقيقة وأن عليه الايمان بقضاء الله وقدره، وان ما أصابه لم يكن ليخطئه وما أخطأه لم يكن ليصيبه والرضا بما قسم له والصبر على ما أصابه [1].

---

(١) الامام يحى بن شرف الدين النووى – رياض الصالحين من كلام سيد المرسلين ص ٨٢.

وقد قال الله تعالى ﴿**يا أيها الذين آمنوا اصبروا وصابروا**﴾ وقال أيضاً ﴿**ولنبلونكم بشئ من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات وبشر الصابرين**﴾.
وقال تعالى ﴿**إنما يوفى الصابرون أجرهم بغير حساب**﴾.

والآيات فى ذلك كثيرة. وروى الشيخان عن أبى سعيد الخدرى رضى الله عنه أن أناساً من الأنصار سألوا رسول الله ﷺ فأعطاهم ثم سألوه فأعطاهم حتى نفذ ما عنده فقال لهم حين أنفق كل شئ بيده ما يكن من خير فلن ادخره عنكم ومن يستعفف يعفه الله ومن يستغن يغنه الله ومن يتصبر يصبره الله وما أعطى أحد عطاء خيرا وأوسع من الصبر [١].

وروى الشيخان عن أنس رضى الله عنه قال مر رسول الله ﷺ على إمرأة تبكى عند قبر فقال اتقى الله واصبرى فقالت اليك عنى فإنك لم تصب بمصيبتى ولم تعرفها فقيل لها أنه النبى ﷺ فأتت باب النبى ﷺ فلم تجد عنده بوابين فقالت لم أعرفك فقال إنما الصبر عند الصدمة الأولى. وفى رواية لمسلم تبكى على صبى لها. وروى البخارى عن أبى هريرة رضى الله عنه أن رسول ﷺ قال يقول الله تعالى ﴿**ما لعبد مؤمن عندى جزاء إذا قبضت صفية من أهل الدنيا ثم احتسبه الا الجنة**﴾ [٢] وروى البخارى عن عائشة رضى الله عنها «أنها سألت رسوال الله ﷺ عن الطاعون فأخبرها أنه كان عذابا يبعثه الله تعالى لمن يشاء يجعله الله تعالى رحمة للمؤمنين فليس من عبد يقع فى الطاعون فيمكث فى بلده صابرا محتسبا يعلم أنه لا يصيبه الا ما كتب الله له الا كان له أجر الشهيد» وروى البخارى عن أنس رضى الله عنه قال سمعت رسول الله ﷺ يقول «ان الله عز وجل قال اذا ابتليت عبدى بحبيبتيه وصبر عوضته منها الجنة يريد عينيه» وروى مسلم عن أبى سعيد وأبى هريرة رضى الله عنهما عن النبى ﷺ قال «ما يصيب المسلم من نصب ولا صب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم حتى الشوكه يشاكها الا كفى الله بها من خطاياه». (والنصب التعب والوصب

---

(١) الإمام يحى بن شرف الدين النووى ــ المرجع السابق ــ ص ٨٢.
(٢) الإمام يحى بن شرف الدين النووى ــ المرجع السابق ــ ص ٨٢.

المرض). وروى البخارى عن أبى هريرة رضى الله عنه قال رسول الله ﷺ «من يرد الله به خيراً يصب منه والأحاديث كثيرة» [1].

وإذا وقع الانسان فى فتنة الابتلاء، فإن عليه المسارعة بالتوبة، وهى أول طريق الصلاح. فالتوبة رجوع الى الحق، والرجوع الى الحق فضيلة، لا ترتبط بيوم معين ولا تحتاج واسطة بين الله والعبد المذنب، فالله تعالى فى التصور الاسلامى أقرب للانسان من حبل الوريد، كما أن التوبة يجب أن تكون من كل الآثام التى وقعت من العبد المسلم سواء فى حق مسلم كان أو غير مسلم. فمفهوم التوبة أكثر سعة وشمولاً فى الاسلام كما أن الاسلام يرى أنه **﴿لا تزر وازرة وزر أخرى﴾** (الانعام ١٦٤). أى أنه لا يكفر أحد أخطاء ارتكبها غيره **﴿وإنما كل إمرئ بما كسب رهين﴾** (الطور ٢١). فلا خطيئة آدم يرثها أبناؤه ولا يتعذب أحد بذنب غيره. كما أن باب التوبة مفتوح فى كل وقت واذا حسنت التوبة بدلت سيئاته حسنات وكان الله غفوراً رحيما. ويقول الله تعالى [2] **﴿وتوبوا الى الله جميعاً أيها المؤمنون لعلكم تفلحون﴾** وقال الله تعالى **﴿استغفروا ربكم وتوبوا اليه﴾** وقال تعالى **﴿يا أيها الذين آمنوا توبوا الى الله توبة نصوحا﴾** وروى عن أنس ابن مالك رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ «الله أفرح بتوبة عبده من أحدكم سقط على بعيره وقد أضله فى أرض فلاة» [3] وروى مسلم عن أبى موسى الأشعرى رضى الله تعالى عنه : «ان الله تعالى يبسط يده بالليل ليتوب مسئ النهار، ويبسط يده بالنهار ليتوب مسئ الليل، حتى تطلع الشمس من مغربها» [4].

وروى مسلم عن أبى هريرة رضى الله عنه قال رسول الله ﷺ «من تاب قبل أن تطلع الشمس من مغربها تاب الله عنه». وروى الشيخان عن أبى سعيد

(١) الإمام يحى بن شرف الدين النووى ـ المرجع السابق ـ ص ٨٣.
(٢) الإمام يحى بن شرف الدين النووى ـ مختصر كتاب رياض الصالحين ـ دار القلم ـ بيروت ـ لبنان ، ١٩٨٣، ص ٢٨.
(٣) الامام يحى بن شرف الدين النووى ـ المرجع السابق ـ ص ٢٩.
(٤) المرجع السابق ص ٢٩.

الخدرى رضى الله عنه «إن نبى الله ﷺ قال كان فيمن كان قبلكم رجل قتل تسعة وتسعين نفساً فسأل عن أعلم أهل الأرض فدل على راهب فأتاه فقال أنه قتل تسعة وتسعين نفسا فهل له توبة فقال : لا فقتله فكمل به مائة ثم سأل عن أعلم أهل الأرض فدل على رجل عالم فقال أنه قتل مائة نفس فهل له توبة فقال نعم ومن يحول بينه وبين التوبة انطلق الى أرض كذا وكذا فإن بها أناسا يعبدون الله تعالى فأعبد الله معهم ولا ترجع الى أرضك فإنها أرض سوء فإنطلق حتى إذا نصف الطريق أتاه الموت فإختصمت منه ملائكة الرحمة وملائكة العذاب فقالت ملائكة الرحمة جاء تائباً مقبلا بقلبه الى الله تعالى وقالت ملائكة العذاب أنه لم يعمل خيرا قط فأتاهم ملك فى صورة آدمى فجعلوه بينهم أى حكماً فقال قيسوا ما بين الأرضيين فإلى أيتهما كان أدنى فهو له فقاسوا فوجدوه أدنى الى الأرض التى أراد فقبضته ملائكة الرحمة» [1] ولذلك نشير الى قول الامام النووى فى قول العلماء بأن التوبة واجبة من كل ذنب، فإن كانت المعصية بين العبد وبين الله لا تتعلق بحق آدمى فلها ثلاثة شروط : ١ - أن يقلع عن المعصية. ٢ - أن يندم على فعلها. ٣ - أن يعزم أن لا يعود إليها أبدا، فإن فقد أحد الثلاثة لم تصح توبته، وإن كانت المعصية تتعلق بآدمى فشروطها أربعة هذه الثلاثة والرابع أن يبرأ من حق صاحبها، فإن كان مالا أو نحوه رده اليه وان كان حد قذف ونحوه مكنه منه أو طلب عفوه، وإن كان غيبة استحلها منه. ويجب أن يتوب من جميع الذنوب، فإن تاب من بعضها صحت توبته عند أهل الحق من ذلك الذنوب ويبقى عليه الباقى وقد تظاهرت دلائل الكتاب والسنة وإجماع الأئمة على وجوب التوبة [2].

ويدل البحث فى نشأة علم النفس والعيادات النفسية أن معظم الدراسات النفسية تقتصر على النتاج الحديث وتغض الطرف عن الجذور الإسلامية الأصلية

(١) الإمام يحى بن شرف الدين النووى - المرجع السابق - ص ٣٠.
(٢) الإمام يحى بن شرف الدين النووى - كتاب مختصر رياض الصالحين - دار القلم - بيروت - لبنان.

التى تساعد على تحقيق الانتماء الى الأمة الإسلامية فى دينها وعلومها وتطبيقاتها، إلا أن هناك علماء منصفون يحفظون للتاريخ حقه، فيذكر أن العالم العربى قد أنشأ مبكراً مستشفيات حقيقية مخصصة للمجانين... وكان العلاج فى هذه المستشفيات يقوم على إستخدام الموسيقى والرقص ومشاهدة المسرحيات والاستماع الى أحسن القصص، كما أن هناك أطباء متخصصون هم الذين يشرفون على العلاج ويعترفون صراحة بأن المسلمين قد سبقوا الغرب بقرون طويلة وتفوقوا فى دراسة الطب النفسى والعقلى وعلاجه، ويؤكد واحد من المنصفين كذلك من أمثال كولمان إدراك علماء الإسلام الى «الأمراض الوظيفية» وإلى عمليات التحليل النفسى ويوردون قصصا لحالات من المرضى بهذه الأمراض تم علاجهم على أيدى أطباء مسلمين مثل الشيخ الرئيس ابن سينا، وكانت أوروبا فى عصورها المظلمة حضارياً تعالج المجانين بالعزل والعقاب. ويدل استقصاء طرق تشخيص الأمراض النفسية قديماً وحديثاً أنه منذ ما يقرب من عشرة قرون خلت كان على المعالج قبل أن يقوم بتشخيص حالة المريض أن يعمل دراسة وافية عن تاريخ حالة المريض أى عن ماضيه وظروف بيئته وطبيعة عمله وعلاقاته بالمحيطين به والأمراض التى تعرض لها من قبل وعن سنه ومزاجه وقوته البدنية ليلعم مدى تحمله للعلاج. وهذا ما يعرف الآن بدراسة تاريخ الحالة وهو من أساليب التشخيص الحديثة الناجحة. أما عن العوامل المؤثرة فى نشأة المرض النفسى، فلا شك أن للعوامل الفسيولوجية دوراً كبيراً فى تكوين الأمراض النفسية والعقلية والسكوسوماتية. فالأمراض البدنية قد تؤثر فى النفس كما أن الأمراض النفسية قد تسبب الهزال والضعف والألم بالجسم، فهناك علاقة وثيقة بين جسم الانسان ونفسه. والتربية الفاسدة من أكثر العوامل المؤثرة فى نشأة المرض النفسى. فلو تربى الانسان على منهج سليم لاستقامت سريرته. يقول رسول الله ﷺ «تركت فيكم ما اعتصمتم به لن تضلوا بعدى أبداً : كتاب الله سنتى» ومن العوامل المؤثرة سلباً أيضا أتباع هوى النفس والانقياد للشهوات دون تحكم العقل أو مراعاة لمرضاة الله. وضعف الايمان هو العدو الأول لابن آدم، ويؤدى لخداعه واغراقه فى المعاصى والآثام والذنوب ويملأ النفس بالأمراض والشك والريبة والطمع والقلق

والاكتئاب والوسوسة والخوف وغيرها من الاضطرابات النفسية والعقلية والجسمية والبعد عن الايمان الراسخ المتأصل فى النفس والمقترن بالعمل يملأ النفس بالخوف والقلق والشعور بالضياع فى عالم تتلاطم فيه الأمواج وتعصف به الأنواء والرياح والأعاصير ويمتلئ بالأزمات. ومن أساليب الوقاية من الأمراض النفسية : العمل المناسب وممارسة الهويات والمشاركة الاجتماعية وفهم الذت والايمان بالقضاء والقدر. ويلاحظ أن بعث الهدوء والسكينة الى الانسان يحميه من أخطار الانفعالات فالتهيج الانفعالى والسلوك العنيف الذى يصاحب الانفعال والعمليات العصبية والفسيولوجية المعقدة ينتج عنها الإصابة بالأمراض مثل الذبحة الصدرية وضغط الدم والسكر والحساسية وقروح المعدة والقولون العصبى والسمنة والصداع النصفى وبعض أمراض اللثة والأسنان وآلام الظهر والمفاصل. والحقيقة أن معظم مناهج العلاج النفسى الحديث قد عرفها الصوفية من قبل واستخدموها فى علاج مريديهم وفى توجيههم الى ما فيه الخير لأنفسهم فى الدنيا والآخرة، فاستخدموا الارشاد والمشورة والاقناع والايحاء وغيرها. فقد عرف الصوفية إمكانية تغير الأخلاق وتعديل السلوك والتخلص من الصفات السيئة وإكتساب العادات الحسنة ومكارم الأخلاق. ولا شك أن للأخلاق القوية أثراً نفسياً طيباً على صاحبها. وقد وجدوا أن الطريقة المثلى للتخلص من أمراض النفس وأدوائها والتحلى بالفضائل والشعور بالراحة النفسية إنما يكون بالعلاج بالأضداد، والعلاج بالأضداد يعنى الانتقال بالانسان من الافراط أو التفريط فى شئ معين أو خلق معين الى الوصول للاعتدال والتوسط فيه، كما يعنى أيضاً علاج الشئ بالقدر بما هو ضده بالقدر الذى يصلح العوج فيه وليس أكثر والا انقلب الدواء داء، وذلك مما يؤكد عليه الامام الصوفى الجليل أبو حامد الغزالى. فيذكر بأنه يجب مراعاة معيار العلاج حسب قدرة واحتياج كل حالة واختلاف شدة المرض وضعفه ودوامه وعدمه وكثرته وظنه حتى يحدد معيار الدواء النافع المناسب له، فإن الأضداد التى تعالج بها مرضى النفوس لابد لها من معيار حتى لا تزيد أو تنقص فيشتد البلاء. كما يجب أن يراعى فى العلاج أنه اذا كانت حالة المريض لا تسمح بعلاجهابضدها دفعة واحدة فعلى المعالج أن ينقله من خلق مذموم الى خلق مذموم أخر أخف منه

وهكذا بالتدريج حتى نصل الى الغاية المقصود منها العلاج. وللعلاج بالأضداد أسس وقواعد يجب أن يتعود عليها المريض حتى تتحقق له النتائج المرجوة منها : السيطرة على الدوافع والرغبات والانفعالات والرياضة لمجاهدة النفس والتمكن من السيطرة عليها، وطرق المجاهدة والرياضة لكل انسان تختلف بحسب اختلاف حالته، ومنها أيضاً مراعاة التمسك بالشريعة والعمل بها، فلابد أن يصاحب الايمان ويتبعه تقوى الله والتقوى هى أن يقى الانسان نفسه من غضب الله والالتزام بمنهج الله الذى جاء فى القرآن والسنة. ومن هنا يأتى التقرب الى الله تعالى واقرار العبد له بالرجاء وهذا يقطع دابر اليأس والقلق والاكتئاب. ومنها الصدق بالوسطية والاعتدال فى كل أمور الدين والدنيا والنهى عن المغالاة والتشدد والافراط أو التفريط. ولذلك لابد من الأخذ بما وصل اليه الغرب ولكن بحذر خاصة فيما يتعلق بنفس الانسان وسلوكه وأخلاقه فمفاهيم القيم والأخلاق والايمان تختلف بإختلاف العقائد والعبادات، والأفضل أن نستقى من تراثنا وعقائدنا ما يفيدنا فى هذا المجال، ولنا أن نضيف اليه ما ينفعنا ولا يتناقض مع أخلاقنا، كما ينبغى أن يكون هناك توعية صحية نفسية تعمل على يقظة ضمير الانسان الغافل وعلى تبصير الانسان بما يضره وما ينفعه فى دنياه وآخرته وعلى بذر بذور الخير والحب فى عقله وقلبه وزرع الايمان واليقين فى نفسه وعلى أن يقتدى برسول الله ﷺ فى سلوكه وأخلاقه ونفسه الكريمة. وينبغى عمل توعية جماعية بعلاج كل منحرف مخطئ وخارج عن المجتمع حتى يشعر بخطئه. ويحاول اصلاح أمر نفسه، ويلاحظ أن سوء الخلق يعدى فقد يصبح وباء معدياً فى المجتمع.

الإيمان والصحة النفسية

الإيمان الروحى أو الدينى بالقيم والمبادئ والمثل والمعايير والقواعد والنظم الشرعية من أقوى العوامل التى تحفظ على الانسان صحته النفسية والعقلية، بل وصحته الجسمية، الى جانب حمايته من مجموعة حديثة من الأمراض التى يزداد انتشارها فى هذه الأيام الى الحد الذى أصبحنا نطلق عليها «أمراض العصر» وهى تلك الأمراض التى تنشأ من أسباب نفسية كالقلق والاكتئاب، والخوف والغضب، والثورة، والتهيج، والفشل، والصدمات، والأزمات النفسية والاجتماعية بينما تتخذ أعراضها شكلاً جسمياً وهى أمراض حقيقية وخطيرة وليست مجرد ادعاء أو تمارض من قبل المريض ويطلق عليها إصطلاح الأمراض السيكوسوماتية Psychosomatic disorders ومن هذه الأمراض ما يلى :

١ – قرحة المعدة.
٢ – قرحة القولون.
٣ – قرحة الاثنى عشر.
٤ – الجلطة الدموية.
٥ – الذبحة الصدرية.
٦ – الآلام الروماتيزمية ـ سيكولوجية المنشأ.
٧ – الصداع النصفى.
٨ – التهاب الجيوب الأنفية.
٩ – السمنة المفرطة.
١٠ – الربو الشعبى.
١١ – آلام الظهر.
١٢ – آلام المفاصل.
١٣ – حمى الخريف.
١٤ – الاصابة المكترة بالبرد.

١٥ – نتف فروة الرأس.

١٦ – القراع.

١٧ – بعض أمراض الفم والأسنان واللثة.

١٨ – الحساسية [1] ويطلق على هذه المجموعة من الأمراض «الاضطرابات السيكوسوماتية» Psychosmatic-Disorders وهى من الأمراض الخطيرة وأصبحت كثيرة الانتشار فى أيامنا هذه وتشمل كل جسم الانسان وأجهزته المختلفة كالجهاز الهضمى والدورى الدموى والتنفسى والجلدى والعصبى [2].

وبالطبع نقصد بالايمان، الايمان الراسخ المتأصل فى حس الفرد وشعوره ووجدانه، والذى تتأثر به كل جوارحه وحواسه وبالتالى سلوكه واتجاهاته وميوله ومقاصده ونواياه وأعنى به الايمان الذى «يوقر فى القلب ويصدقه العمل» أى الايمان الذى يقترن بالعمل الفعلى الصالح وليس مجرد الايمان اللفظى أو مجرد ترديد عبارات الايمان، وإنما الايمان الذى يترجمه صاحبه الى فعل وسلوك وواقع محسوس فى حياته الفردية والخاصة وفى علاقته بربه وأسرته وبوطنه وبولاة الأمور. والحقيقة التى يعترف بها كل منصف أن الاسلام الحنيف عقيدة وسلوكاً يحث على التمتع بالصحة النفسية والعقلية بل إن كل كلمة وكل آية وكل مبدأ وكل فريضة وكل قاعدة إسلامية تمس حياة الانسان النفسية والعقلية والفكرية والروحية والأخلاقية، وتمس المجتمع برمته، وتؤدى الى صحة المجتمع وسلامته. ولذلك يصعب على الباحث فى مجال علم النفس والصحة النفسية أن يصنف أو يقسم العوامل الايجابية بالنسبة للصحة النفسية الى فئات، فالمبدأ الإسلامى الواحد يؤثر على كل جوانب شخصية المؤمن، تلك الجوانب الجسمية والنفسية والعقلية والروحية والأخلاقية والفكرية والعلمية والعملية والمهنية

(١) عبد الرحمن العيسوى، علم النفس الفسيولوجى، دراسة تفسير السلوك الانسانى. دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٩٥.

(٢) عبد الرحمن العيسوى، الأمراض السكوسوماتية، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، ١٩٩٥.

والاقتصادية والأسرية.

ولذلك لا يمكن أن يجئ هذا المقال الذى أقدمه للقارئ العربى الكريم الا مجرد صيحة أو دعوة لمزيد من الايمان بالقيم الإسلامية والمبادئ الأصيلة ووضعها موضع النفاذ بتطبيقها بصورة عميقة وبشكل تلقائى حر وبصورة تعم الفرد وأسرته والمجتمع برمته بحيث يظلل الايمان كل حياته.

ومع الايمان بأن التعاليم الإسلامية متداخلة مع بضعها البعض ومتكاملة بحيث أن المبدأ الواحد أو النشاط الواحد يؤثر فى كل جوانب شخصية المؤمن، مع الإيمان بهذا ووضع هذه الحقيقة فى الحسبان إلا أن الباحث يصنف المبادئ والسلوك والمعاملات والتكاليف والتعاليم الإسلامية فى شكل جوانب من شخصية الفرد المسلم وذلك من أجل التوضيح وسهولة العرض والربط..

وكما أن التعاليم الإسلامية عامة وشاملة ومتكاملة فإن الإنسان نفسه أيضا، يمثل وحدة متكاملة متفاعلة، يؤثر كل جانب من جوانب شخصيته ويتأثر بالجوانب الأخرى فالانسان وحده وإن كنا من أجل الشرح نصنف جوانب فى شخصيته كالجوانب الجسمية والعقلية والنفسية. ومن الأدلة الواضحة على أن للتكاليف والتعاليم الإسلامية اثاراً عامة وشاملة لكل جوانب الشخصية الانسانية، الصلاة مثلاً ففيها تطهير للروح من الخبث والخبائث والفحش والفواحش، وفيها نهى عن الفحشاء والمنكر والبغى. وفيها تطهير للنفس الانسانية من مشاعر الغل والحقد والحسد والكراهية والبغضاء والبغى والضلال والظلم. وفيها تدريب على الطاعة والنظام، وعلى حب الاختلاط بالجماعة والتوحد وإياها. وفيها طهارة للجسم من الرجس والنجس، وفيها رياضة وتريض للجسم وفيها شعور بالطاعة وبالرضا لأن الانسان يشعر بالرضا والسعادة عندما يرضى ربه ويؤدى ما أمره به من العبادات ومن حسن التعامل مع الناس ومعروف أن الدين المعاملة. والصلاة مناجاة روحية بين العبد وربه، وفيها تطويع لقوى الانسان الحيوانية والشهوانية الدنيا الى قواه الروحية العالية والسامية. وما ينطبق على الصلاة والوضوء من حيث شمول الأثر وعمومية النفع ينطبق على باقى التكاليف كالصوم والحج والشهادة والزكاة والاحسان والصدقات وما الى ذلك.

شمول آثار الايمان لكل جوانب الشخصية

يمكن إستعراض القيم والآثار النفسية للتعاليم الإسلامية السمحاء فى شكل الجوانب أو الأبعاد الآتية :

١ - الجوانب الإيمانية والروحية :

فقد جاء فى الأثر حول الايمان بالله تعالى وبرسوله الكريم ما يلى :

قال رسول الله ﷺ «بنى الإسلام على خمس : شهادة أن لا إله إلا الله، وأن محمداً عبده ورسوله، واقام الصلاة، وإيتاء الزكاه وصوم رمضان، وحج البيت» (١).

روى مسلم عن عمر رضى الله عنه قال «بينما نحن جلوساً عند رسول الله ﷺ إذ طلع علينا رجل شديد بياض الثياب شديد سواد الشعر لا يرى عليه أثر السفر ولا يعرفه منا أحد حتى جلس الى النبى ﷺ فأسند ركبتيه الى ركبيته ووضع كفيه على فخذيه وقال يا محمد أخبرنى عن الإسلام ؟ فقال رسول الله ﷺ «الإسلام أن تشهد أن لا اله الا الله وأن محمدا رسول الله وتقيم الصلاة وتؤتى الزكاة، وتصوم رمضان، وتحج البيت إن استطعت اليه سبيلاً» قال صدقت... فعجبنا له يسأله ويصدقه. قال فأخبرنى عن الايمان قال أن تؤمن بالله وملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر وتؤمن بالقدر خيره وشره. قال صدقت، فأخبرنى عن الاحسان قال أن تعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك... قال فأخبرنى عن الساعة قال ما المسؤول عنها بأعلم من السائل. قال فأخبرنى عن اماراتها : قال أن تلد الأمة ربتها وأن ترى الحفاة العراة العالة رعاء الشاء يتطاولون فى البنيان، ثم انطلق فلبثت مليا ثم قال يا عمر أتدرى من السائل ؟ قلت الله ورسول أعلم قال فإنه جبريل أتاكم يعلمكم دينكم، ومعنى تلد الأمة

(١) الإمام يحى بن شرف الدين النووى - مختصر كتاب الصالحين، دار القلم، بيروت، ١٩٨٣.

ربتها أى سيدتها يعنى بنت سيدها الذى يتسراها أى يكثر ذلك وإلا فهذا واقع فى عهد النبى ﷺ ومن بعده الصحابة ومن بعدهم، والعالة الفقراء (١).

ومن الناحية النفسية فإن الإيمان يبعث فى نفس الانسان الشعور بالراحة والاستقرار والهدوء والطمأنينة والسكينة والرضا والتوكل على الله تعالى. ويشعر الانسان المؤمن أن هناك قوة عظيمة تقف بجانبه وتسانده وتحميه من المخاطر والشرور والأضرار. فالله تعالى أقرب إلينا من حبل الوريد يستجيب لدعاء الداعى. فالإنسان لا يشعر فى ظل الايمان أنه وحده فى الميدان أو يقف وحيداً فريداً ضعيفاً فى عالم واسع فسيح، وكأنه قشة تعصف بها الرياح والأنواء والأعاصير. يقف فى مهب الرياح لا حول له ولا قوة. يشعر الانسان بدون الايمان بالفوضى والضياع، ويتوه فى خضم عالم فسيح. ويبعث الايمان على الخوف من الله تعالى، ومراقبته والشعور بالأمل والرجاء والورع والتقوى والسعادة والهناء والسرور والبشر والتفاؤل والانشراح. والخشوع ويشعر بالاطمئنان لأن باب التوبة مفتوح أمامه طول العمر. والايمان يدفع الى ترك الشبهات وبالتالى الى التمتع بالصحة النفسية والعقلية والالتزام بالمبادئ الأخلاقية والسلوك القويم.

الأبعاد الأخلاقية :

التعاليم الإسلامية تحض على التحلى بالقيم والمبادئ والمثل والمعايير والسمات والخصال والخلال الأخلاقية الحميدة، ومن ذلك الحض على عدم الكذب، وعدم شهادة الزور، وعدم الغش والارتشاء والسرقة والاختلاس والتربح واستغلال النفوذ وتحريم الظلم والأذى والعدوان والانتقام والاستبداد والبطش والفوضى والتسيب والتحلى بالسمات الحميدة كالأمانة والصدق والوفاء والإخلاص والولاء والتعاون على البر والتقوى والإحسان والبر، وكراهية البغض والحسد والكراهية والتنابذ والشجار والسب والقذف. وتحريم الغيبة والنميمة والكبر والعجب والغرور والتعالى والدس والوقيعة والزنا والربا، وتحريم الخمر والمخدرات ولعب الميسر والسكر

(١) الإمام يحى بن شرف الدين النووى ـ مختصر رياض الصالحين، دار القلم، بيروت، لبنان، ١٩٨٣.

والنهى عن البدع الضارة. ويدعو الاسلام الى توجيه النصيحة والمشورة الصادقة والمخلصة. كما يدعو لستر عورات المسلمين. ولا يهتم إسلامنا الحنيف بالسلوك الظاهرى أو الخارجى فحسب، وإنما يهتم بالنوايا والمقاصد وبتكوين الضمير الأخلاقى الداخلى لدى المسلم. فالأعمال بالنيات ولكل إمرئ ما نوى. ويدعو الى حفظ السر والوفاء بالعهود والوعود والعقود، وتحريم الغدر والخيانة. مع الدعوة للتواضع والحياء والوقار والاحتشام وحسن الخلق والحلم والرفق. كما يدعو الى المودة والى احترام كبار السن والعطف على صغار السن، مع تحريم الخلوة بالمرأة الأجنبية والدعوة للعطف والرحمة والشفقة والعفو عند المقدرة والتسامح والتساند والتضامن والتكافل والتعاون والأخذ والعطاء. ومن القيم الأخلاقية السامية فى الإسلام العدل وبر الوالدين، والزهد فى الدنيا والطاعة واحترام القانون والشرع وأولى الأمر والدعوة للايثار والتضحية والفداء والشهادة والاستقامة والكرم والعطاء. ونبذ الشح والبخل والتحلى بالصبر والجلد وقوة التحمل والمثابرة والمرابطة والاستبسال فى سبيل الله والدفاع عن حرماته والشهادة فى سبيل رفعة كلمة الله تعالى لتكون كلمة الله هى الكلمة العليا. ولنا نحن المسلمون أسوة حسنة فى رسولنا الكريم والذى وصفه ربه بأنه «على خلق عظيم».

البعد الجسمى والبدنى أو الجسدى وأثر الايمان الروحى فيه :

ويبدو حرص اسلامنا الخالد على سلامة المسلم الجسمية من أمور متعددة منها الحث على ممارسة الرياضة البدنية والفروسية وركوب الخيل وعدم الاسراف فى تناول الطعام، وعدم الحرمان أيضاً من الطعام وآداب الطعام والشراب والدعوة للمعالجة أو التطبيب والاستحمام والاغتسال والوضوء والتخلص من الجنابة والمحافظة على نظافة الفم والأسنان والدعوة لإستخدام السواك وتحاشى الاصابة بالأمراض المعدية والبعد عن الأوبئة، والمحافظة على طهارة الثياب، والدعوة إلى القوة والى حب العمل والنشاط، فالمؤمن القوى خير وأحب الى الله من المؤمن الضعيف [1].

---

(١) الإمام مسلم وصحيحه.

وكذلك يحرص الإسلام على نظافة بيئة المسلم ومن ذلك الأمر بعدم البول فى الطريق وإماطة الأذى عن الطريق. ونهى الاسلام عن البصاق فى المسجد. ومن ذلك قوله ﷺ «إذا سمعت الطاعون بأرض فلا تدخلوها وإذا وقع بأرض وأنتم فيها فلا تخرجوا». ويشبه ذلك ممارسات الحجر الصحى فى أيامنا هذه. كذلك نهى النبى ﷺ عن التغوط فى طريق الناس كما نهى عن جماع المرأة الحائض والنفساء محافظة على صحة الرجل والمرأة ومنعاً من الشعور بالتقزز والنفور.

الجوانب العقلية فى الشخصية المسلمة :

العقل هو أهم عنصر فى الانسان وهو أسمى عناصره، وهو الذى يتميز به الانسان عن سائر الكائنات الأخرى، وعن طريق العقل يدرك الانسان الحلال والحرام والصواب والخطأ والحق والباطل، وعن طريقه يصبح الانسان مخيراً ومن ثم يتوجب عليه العقاب والثواب. وتمتاز الحياة العقلية فى الاسلام بوضوح الرؤية وتحديد معالم العقيدة وأركانها بل أنها جاءت جامعة مانعة شاملة واضحة.. فهى دستور كامل.. ويحرص الاسلام على السلامة العقلية والفكرية لأبنائه، ولذلك حرم السحر والتطير والدجل والشعوذة والنصب والاحتيال ونهى عن زيارة الكهنة والعرافين وقارئ الغيب. ففى النهى عن اتيان الكهان والمنجمين «ومن أتى عرافاً فسأله عن شئ فصدقه لم تقبل له صلاة أربعين يوماً» رواه مسلم.

ويحرم الإسلام التشاؤم والفأل لقوله ﷺ «من اقتبس علما من النجوم اقتبس شعبة من السحر زاد ما زاد» وقوله «لا عدوى ولا طيرة» [1].

(١) المرجع السابق ص ٢٣٣.

أثر القيم الأخلاقية فى الصحة النفسية
العفو والاعراض عن الجاهلين

يحث الإسلام الانسان على العفو والأمر بالمعروف والأعراض عن الجاهلين. كذلك يدعوه للصفح بما يحرر نفسه وسريرته من مشاعر الغل والحقد والانتقام وهى مشاعر مرضية.

وقال تعالى فى الدعوة للصفح : **﴿فاصفح الصفح الجميل﴾** (١).

وقال تعالى **﴿خذ العفو وامر بالعرف واعرض عن الجاهلين﴾** (٢).

وقال تعالى فى فضيلة العفو والاحسان : **﴿والعافين عن الناس والله يحب المحسنين﴾** (٣).

وقال تعالى فى الحث على الصبر والاحتمال **﴿ولمن صبر وغفر ان ذلك لمن عزم الأمور﴾** (٤).

ويحث اسلامنا على تحمل المسئولية وتوخى العدل والاحسان وصلة الارحام. كما ينهى عن الفحشاء والمنكر والبغى والضلال تحاشيا لتفشى الظلم.. وفى هذه المعانى الجميلة قال الله تعالى : **﴿ان الله يأمر بالعدل والاحسان وإيتاء ذى القربى وينهى عن الفحشاء والمنكر والبغى يعظكم لعلكم تذكرون﴾** (٥).

وقال رسول الله ﷺ فى تربية المسلم على تحمل المسئولية والايجابية كل بحسب قدراته : «كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته الامام راع ومسئول عن رعيته، والرجل راع فى أهله ومسئول عن رعيته، والمرأة راعية فى بيت زوجها

---

(١) الحجر ٨٥.
(٢) الأعراف ١٩٩.
(٣) آل عمران ١٣٤.
(٤) الشورى ٤٣.
(٥) النحل ٩٠.

ومسئولة عن رعيتها والخادم راع فى مال سيده ومسئول عن رعيته.. وكلكم راع ومسئول عن رعيته» [(١)].

والهروب من المسئولية من الآفات الأخلاقية والادارية التى يعانى منها المجتمع فى الوقت الراهن [(٢)] وفى الحرص على توخى العدل المطلق والقسط فى كافة مجالات حياة المسلم وفى هذا قال تعالى : **﴿وأقسطوا إن الله يحب المقسطين﴾** [(٣)].

وقال رسول الله ﷺ فى دعوة الحكام للعدل والرؤساء والآباء والأمهات : «ان المقسطين عند الله على منابر من نور، الذين يعدلون فى حكمهم وأهليهم وما ولوا» رواه مسلم [(٤)].

قال رسول الله ﷺ فى الدعوة للعدل والقسط والرحمة والرقة والعفة : «أهل الجنة ثلاثة، ذو سلطان مقسط موفق، ورجل رحيم رقيق القلب لكل ذى قربى ومسلم، وعفيف متعفف ذو عيال» رواه مسلم [(٥)] .

وتلك معانى سامية يؤدى التحلى بها الى التمتع بالصحة النفسية والتحلى بالأخلاق الحميدة والسمات السامية الراقية النبيلة.

وفى الدعوة للطاعة والالتزام لله تعالى ورسوله الكريم وولى الأمر وبالتالى طاعة القانون والشرع قال الله تعالى **﴿يا أيها الذين آمنوا أطيعوا الله وأطيعوا الرسول وأولى الأمر منكم﴾** [(٦)] . فالإسلام يربى أبناءه على الطاعة والالتزام باحترام الشرع وأولى الأمر والقانون وليس على العصيان والتمرد.

---

(١) المرجع السابق ص ٢٣٥.
(٢) محى الدين أبى زكريا يحيى بن شرف النووى الشافعى، رياض الصالحين من كلام سيد المرسلين، وكالة المطبوعات، الكويت، دار القلم، بيروت.
(٣) الحجرات ٩.
(٤) المرجع السابق ص ٢٣٧.
(٥) المرجع السابق ص ٢٣٧.
(٦) النساء ٥٩.

وقال رسول الله ﷺ «على المرء المسلم السمع والطاعة فيما أحب وكره الا أن يؤمر بمعصية، فإذا أمر بمعصية فلا سمع ولا طاعة» متفق عليه [1] حتى لا يعصى المسلم الله ورسوله. وفى ذلك تأكيد على «نظرية الامتثال الحديثة» ومؤداها أن الانسان يتمتع بالتكيف النفسى والاجتماعى إذا امتثل لقيم المجتمع وقواعده وقوانينه ونظمه ولوائحه ومبادئه ومثله العليا، حتى لا يشعر بالاغتراب والتمرد على مجتمعه.

وفى الدعوة للحياء وفضله والحث على التخلق به، قال رسول الله ﷺ عندما مر على رجل من الأنصار وهو يعظ أخاه فى الحياء قال «دعه فإن الحياء من الايمان» [2].

قال رسول الله ﷺ «الايمان بضع وسبعون أو بضع وستون شعبة، فأفضلها قول لا اله الا الله وأدناها اماطة الأذى عن الطريق والحياء شعبة من الايمان» [3] متفق عليه. موضحاً فضل الشهادة ووضوح الرؤية الفكرية أمام المسلم وحمايته من الضلال والضياع.

وقال العلماء : حقيقة الحياء : خلق يبعث على ترك القبيح. ويمنع من التقصير فى حق ذى الحق [4] ويحث الاسلام الحنيف على إماطة الأذى عن الطريق ولو أن رجال الادارة وعامة الأفراد تمسكوا بهذه الفضيلة لما عانى المجتمع ما يعانيه الآن من مشكلة التلوث Pollutiom.

ويدعو الاسلام الى حفظ العهد وفى هذا المعنى البليغ قال الله تعالى **﴿وأوفوا بالعهد ان العهد كان مسئولا﴾** [5] كى يحافظ المسلم على ما يتعهد به ويتسم سلوكه بالوفاء والصدق والأمانة والإخلاص.

---

(١) المرجع السابق ص ٢٣٧.
(٢) المرجع السابق ص ٢٤٢.
(٣) المرجع السابق ص ٢٤٢.
(٤) المرجع السابق ذات الصفحة.
(٥) الإسراء ٣٤.

وقال رسول الله ﷺ «ان من أشر الناس عند الله منزلة يوم القيامة الرجل يفضى الى المرأة وتفضى اليه ثم ينشر سرها» رواه مسلم [1].

وذلك حفاظاً على سرية الحياة الزوجية وقدسيتها وتماسكها وأسرارها وذلك حتى لا تصاب الأسرة بالتصدع والانهيار والتفكك والتحطيم ويحدثنا علم النفس الحديث عن المآسى النفسية التى يتعرض لهـا كل من الزوج والزوجـة والأبناء بل والأقـارب من جراء التصدع الأسرى وحدوث الانفصال والطلاق وانفصام عرى العلاقة الزواجية وتفشى المنغصات والشجار والخصام بين أعضاء الأسرة الواحدة [2].

ومن القيم الإسلامية العظيمة الوفاء بالعهد وإنجاز الوعد وعدم الانقسام فى الشخصية. حيث يقول الانسان شيئاً ما ويفعل شيئاً آخر أو ما يدل على الرياء والنفاق.

وقال الله تعالى **﴿يا أيها الذين آمنوا لم تقولون ما لا تفعلون كبر مقت عند الله أن تقولوا ما لا تفعلون﴾** [3]. فالمسلم مدعو أن يتفق قوله مع فعله وتتسم شخصيته بالثبات والاستقرار والوضوح والتماسك وعدم الانقسام.

وقال تعالى **﴿يا أيها الذين آمنوا اوفوا بالعقود﴾** [4] دعوة كريمة لحسن المعاملات بين المسلمين وضبط التعامل وتنظيم حياة المسلمين.

قال رسول الله ﷺ «آية المنافق ثلاث إذا حدث كذب واذا وعد أخلف، وإذ أؤتمن خان» متفق عليه.

وليس هناك أبلغ من حرص الاسلام على غرس هذه الفضائل وتلك السمات

---

(١) المرجع السابق ص ٢٤٣.

(٢) عبد الرحمن العيسوى، علم النفس الأسرى، دار المعرفة الجامعية، بالاسكندرية ودار النهضة العربية، بيروت، لبنان، ١٩٩٥.

(٣) المائدة ١.

(٤) الصف ٣.

الحسنة فى الشخصية الاسلامية وفى الدعوة لطيب الكلام عند اللقاء.

قال الله تعالى فى طيب الكلام عند اللقاء **﴿واخفض جناحك لمن اتبعك من المؤمنين﴾** [1] وقال الله تعالى **﴿ولو كنت فظاً غليظ القلب لانفضوا من حولك﴾** [2].

وجدير بالملاحظة أن سوء الخلق والفساد الأخلاقى لا يقل خطراً عن الاصابة بالأمراض العقلية أو النفسية ولذلك فإن السواء الأخلاقى يقود الى السواء الصحى.

وقال رسول الله ﷺ «الكلمة الطيبة صدقة» [3] .. دعوة كريمة للمسلم كى يتصدق حتى بالكلمة الطيبة ان لم يجد مالا.

وقال رسول الله ﷺ «اتقوا النار ولو بشق تمرة، فمن لم يجد فبكلمة طيبة «متفق عليه [4].

والوفاء بالصدقات مدعاة الى تماسك المجتمع ووحدته وبسط روح التضامن والتكافل بين أبنائه وشعورهم بالوحدة والاتحاد وبأن الفرد ليس وحيدا فريدا ضعيفاً فى عالم تتلاطمه الأمواج والأنواء وتحاشيا لعذاب النار. الانحلال الخلقى كشرب الخمر ولعب الميسر والزنا والرشوة والاختلاس تقود الى المرض النفسى.

وفى الدعوة للوفاء والسكينة والتواضع والبعد عن الكبر والتجبر قال الله تعالى **﴿وعباد الرحمن الذين يمشون على الأرض هوناً وإذا خاطبهم الجاهلون قالوا سلاما﴾** [5].

---

(١) الشعراء ٢١٥.
(٢) آل عمران ١٥٩.
(٣) المرجع السابق ص ٢٤٦.
(٤) المرجع السابق ص ٢٤٨.
(٥) الفرقان ٦٣.

وفى تحريم النميمة قال الله تعالى ﴿**هماز مشاء بنميم**﴾ (١).

وقال الله تعالى فى ذم الاثم والعدوان والظلم ﴿**ولا تعاونوا على الاثم والعدوان**﴾ (٢) وإنما يدعونا إسلامنا الحنيف الى التعاون فى الخير والنفع والصالح العام والأخذ والعطاء.

قال رسول الله ﷺ «**لا يبلغنى أحد من أصحابى عن أحد شيئاً، فإنى أحب أن أخرج اليكم وأنا سليم الصدر**» رواه أبو داود والترمذى (٣) حتى لا يعكر صدره الكريم عن شخص ما وشاية أو كذب من أى طرف ضده.

وفى تحريم الكذب وفضل الصدق قال الله تعالى ﴿**ولا تقف ما ليس لك به علم**﴾ (٤).

وقال رسول الله ﷺ «ان الصدق يهدى الى البر وان البر يهدى الى الجنة وان الرجل ليصدق حتى يكتب عند الله صديقا. وان الكذب يهدى الى الفجور، وان الفجور يهدى الى النار وان الرجل ليكذب حتى يكتب عند الله كذاباً» متفق عليه (٥).

ولا شك أن هناك علاقة وثيقة جداً بين سوء الخلق والاصابة بالاضطراب النفسى بل ان من بين أعراض الأمراض النفسية النزعة السيكوباتية أى العدوان والانتقام والكذب والنصب والاحتيال والدهاء والاستغلال والابتزاز.

وفى النهى عن الغش والخداع قال الله تعالى ﴿**والذين يؤذون المؤمنين والمؤمنات بغير ما اكتسبوا فقد احتملوا بهتاناً واثما مبينا**﴾ (٦).

---

(١) القلم ١١.
(٢) سورة ق (١٨).
(٣) ص ٤٣٨ من رياض الصالحيم.
(٤) الاسراء ٣٦.
(٥) المرجع السابق ص ٤٣٩.
(٦) الأحزاب ٥٨.

وقال رسول الله ﷺ «من حمل علينا السلاح فليس منا ومن غشنا فليس منا» رواه مسلم [1].

السلامة النفسية ترتبط بالسلامة الأخلاقية وسوء الخلق يرتبط بالمرض لدى المنحرف نفسه فضلاً عن أن وقوع الظلم على المرء يعرضه للمرض.

وفي تحريم الغدر قال الله تعالى ﴿يا أيها الذين آمنوا أوفوا بالعقود﴾ [2].

وقال الله تعالى ﴿وأوفوا بالعهد ان العهد كان مسئولا﴾ [3].

وقال رسول اله ﷺ قال الله تعالى ﴿ثلاثة انا خصمهم يوم القيامة رجل أعطى بي ثم غدر ورجل باع حرا فأكل ثمنه، ورجل استأجر أجيراً فاستوفى منه ولم يعطه أجره﴾ رواه البخارى [4].

فالإسلام الحنيف ينهى عن كل المفاسد الأخلاقية والخصال الذميمة التى ان مارسها الفرد ارتدت عليه بالايذاء النفسى، وان مارسها مع غيره أصاب غيره بالمرض النفسى لأن المجتمع السليم أخلاقياً وادارياً عرضة أن يكون سليماً نفسياً أيضاً.

وفى النهى عن الغضب والثورة والتهييج والدعوة الى الصبر وقوة الاحتمال وضبط النفس يقول الرسول الكريم «وليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذى يملك نفسه عند الغضب» (متفق عليه) أى نبذ المصارعة ومقاتلة الناس [5].

ومعروف وفقاً للتراث العلمى النفسى الحديث أن تعرض الانسان للانفعالات الشديدة ولمدد طويلة يؤدى به الى مجموعة من الأمراض هى الأمراض السيكوسوماتية أو النفسجسمية وهى تلك الأمراض التى تنشأ من الأزمات

---

(١) المرجع السابق ص ٤٥٣.
(٢) المائدة ١.
(٣) الاسراء ٣٤.
(٤) المرجع السابق ص ٤٥٤.
(٥) رياض الصالحين ص ٣٦.

والمشاكل والأمراض النفسية، ولكن أعراضها تتخذ شكلاً جسمياً بدنياً ولكثرة انتشارها فى هذه الأيام قيل عنها أنها «أمراض العصر» من ذلك ما يلى :

١ - ضغط الدم المرتفع.

٢ - مرض البول السكرى.

٣ - أمراض السمنة.

٤ - الربو الشعبى.

٥ - قرحة المعدة والوقولون والاثنى عشر.

٦ - قرحة الفم وآلام الأسنان.

٧ - بعض الأمراض الجلدية.

٨ - آلام الظهر وبعض الأمراض الروماتيزمية.

٩ - نتف فروة الرأس أو القراع.

١٠ - الاصابة بالبرد المتكرر.

١١ - بعض الأمراض القلبية والدورة الدموية [١].

---

(١) عبد الرحمن محمد العيسوى، علم النفس الفسيولوجى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٩٥.

الهدى القرآنى الكريم
والصحة النفسية

تمهيد :

القرآن الكريم ينبوع فياض من المعانى السامية والقيم الانسانية النبلية والتعاليم السمحة الغراء والهدى الربانى الخالد الذى يحفظ على الانسان صحته النفسية والعقلية والأخلاقية والاجتماعية. ويساعده الايمان بكل ما جاء فى القرآن الكريم على التمتع بالصحة النفسية الجيدة والصحة الجسمية أيضاً ويدعوه الى الشعور بالأمن والأمان والاطمئنان والهدوء والسكينة والراحة والمودة والشفقة والشعور بالرضا والتوكل على الله تعالى والثقة والأمل والرجاء والتفاؤل وكلها من دواعى التمتع بالصحة النفسية والعقلية والبعد عن تيارات العنف والجريمة والتطرف والتعصب والضلال والفساد والاهمال والجنوح والانحراف والاهمال والانحراف عن جادة الصواب. والقرآن دستورنا الجامع المانع الشامل الصالح لكل العصور والدهور والعهود وفيه هداية للطريق السوى والى الفطرة السوية التى فطر الله الناس عليها والبعد عن الخبث والخبائث والشرور والعدوان.. والقرآن الكريم فيه شفاء للنفوس من أمراضها وأدرانها وفيه تطهير لها من مشاعر الغل والحقد والحسد والغيرة والكراهية والبغض والانتقام والرغبة فى الايذاء.

وفى آيات العدل يقول الله تعالى فى حث الأزواج على توخى العدالة بين زوجاتهم : **﴿فإن خفتم ألا تعدلوا فواحدة أو ما ملكت أيمانكم﴾** النساء (٣). **﴿فلا تتبعوا الهوى أن تعدلوا وأن تلوا أو تعرضوا فإن الله كان بما تعملون خبيرا﴾** النسا (١٣٥). **﴿اعدلوا هو هو أقرب للتقوى واتقوا الله﴾** المائدة (٨).

وفى الدعوة للعدالة المطلقة وعدم التعصب حتى للأقارب يقول تعالى : **﴿وإذا قلتم فإعدلوا ولو كان ذا قربى﴾** الانعام (١٥٢).

وفى الدعوة للعدل فى الحكم بين الناس حتى تستقيم الأمور وتصل الحقوق

الى أصحابها يقول تعالى : ﴿**وإذا حكمتم بين الناس أن تحكموا بالعدل**﴾ النساء (٥٨).

وفى الدعوة للاستقامة والعدل والأمر بالعدل واتباع الصراط المستقيم يقول تعالى : ﴿**هل يستوى هو ومن يأمر بالعدل وهو على صراط مستقيم**﴾ النحل (٧٦).

والمسلم مأمور أن يتوخى العدالة وأن يحسن الى أقاربه والى صلة الأرحام مما يؤدى الى تماسك المجتمع وانتشار العدل وغيره من القيم الرفيعة. يقول تعالى : ﴿**ان الله يأمر بالعدل والاحسان وايتاء ذى القربى**﴾ النحل (٩٠). كما يقول تعالى : ﴿**وتمت كلمة ربك صدقا وعدلا لا مبدل لكلماته**﴾ الانعام (١١٥).

وفى آيات الجدل بالحسنى ونبذ العنف والقوة والتطرف والتعصب والارهاب الفكرى قال تعالى ﴿**ولا تجادلوا أهل الكتاب الا بالتى هى أحسن**﴾ العنكبوت (٤٦).

وفى الدعوة لتوخى الاعتدال والتوسط والحكمة وعدم المبالغة أو الاسراف أو التقتير فى كل شئ جاء قوله تعالى : ﴿**وكذلك جعلناكم أمة وسطا لتكونوا شهداء على الناس**﴾ البقرة (١٤٣).

والدعوة الإسلامية دعوة كريمة ووسطية وخالدة ومعالجة لكل العصور والدهور وترفض الافراط والتفريط وتلتزم بفضيلة التوسط والاعتدال فى المأكل والمشرب والملبس وفى العبادات والتكاليف فلا يكلف الله نفساً الا وسعها. وفى التربية الاسلامية وفى مجال العمل والعمال هذا الاعتدال من المبادئ الانسانية السامية التى تمتاز بها الشريعة الاسلامية.

ويربى الاسلام أبناءه على الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر، ولكن بالطرق المشروعة، والنهى أيضاً عن كافة المفاسد ووجوه الضلال والفسق والعنف والتطرف والجريمة والارهاب والتسلط والبطش والظلم والقسوة والجبروت والعدوان والأذى والدعوة لمراعاة الصالح العام والنفع العام يقول تعالى : ﴿**ادع الى سبيل ربك**

بالحكمة والموعظة الحسنة﴾ النحل (١٢٥).

وفى الدعوة للبعد عن الأهواء والشطحات والتحيزات والتعصبات يقول تعالى : **﴿فلذلك فادع واستقم كما أمرت ولا تتبع أهواءهم﴾** الشورى (١٥).

وللدعاء آثار نفسية عظيمة على سعادة الفرد وتمتعه بالشعور بالرضا والتوكل والراحة والاطمئنان والثقة فى تلقى الحماية والرعاية والرحمة من اله عظيم. يقول تعالى : **﴿ادعوا ربكم تضرعاً وخفية أنه لا يحب المعتدين﴾** الاعراف (٥٥). وينبغى أن تكون الدعوة مصحوبة بالاخلاص والولاء والوفاء والصدق والأمانة وأن تكون صادرة صافية عن القلب كما جاء فى الهدى القرآنى العظيم : **﴿فادعوا الله مخلصين له الدين ولو كره الكافرون﴾** غافر (١٤). **﴿وإذا سألك عبادى عنى فإنى قريب أجيب دعوة الداع اذا دعانى﴾** البقرة (١٨٦).

فى الدعوة يشعر الانسان أنه ليس وحيداً أو لا يقف وحده فى الميدان وإنما الله الخالق العظيم بجواره يسانده ويشد من أزره.

والمسلم مدعو للنشاط والحيوية وحب العمل والكفاح والنضال والايجابية والعمل الصالح والمخلص وفى هذا المعنى يقول تعالى فى الحض على العمل النافع والصالح : **﴿ومن آمن بالله واليوم الآخر وعمل صالحاً فلهم أجرهم عند ربهم﴾** البقرة (٦٢). وقوله تعالى **﴿من عمل صالحاً من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة﴾** النحل (٩٧). ويقود الى الحياة الطيبة أى الخالية من المشاكل والأزمات ومنها الأزمات النفسية : وقوله تعالى **﴿الا من تاب وآمن وعمل صالحاً فأولئك يدخلون الجنة﴾** مريم (٦٠). وقوله تعالى **﴿من عمل صالحاً فلنفسه ومن أساء فعليها وما ربك بظلام للعبيد﴾** فصلت (٤٦).

فالعمل الصالح يعود على صاحبه بالخير العميم فى الدنيا وفى الآخرة ويشعره بالسعادة. وقال تعالى **﴿إن الذين آمنوا وعملوا الصالحات يهديهم ربهم بإيمانهم﴾** يونس (٩). وقوله تعالى **﴿ليخرج الذين آمنوا وعملوا الصالحات من الظلمات الى النور﴾** الطلاق (١١). **﴿واعملوا صالحاً أنى بما تعملون بصير﴾** سبأ (١١).

وفي اقرار المسئولية القائمة على أساس العدل يقول تعالى : **﴿فاليوم لا تظلم نفس شيئاً ولا تجزون الا ما كنتم تعملون﴾** يس (٥٤). **﴿من يعمل سوءاً أو يظلم نفسه ثم يستغفر الله يجد الله غفوراً رحيماً﴾** النساء (١١٠).

فأبواب الرحمة والتوبة مفتوحة للعدول عن الشر والفساد والفسق والضلال ويفتح هذا الأمل دائماً أمام المسلم الأبواب ولا يوصدها بإمكانية العودة الى حظيرة السواء وحظيرة الايمان وسوف يجد الرحمة والمغفرة والصفح من الله تعالى وفي الدعوة الى صلة الرحم. يقول تعالى **﴿لا تعبدوا الا الله وبالوالدين احسانا﴾** البقرة (٨٣).

وصلة الأرحام والعطف على الأهل والأقارب من المعاني الانسانية الرفيعة التي تحمى من الشعور بالعزلة والوحدة والضعف وتلك تقود الى الاصابة بالأمراض النفسية. قال تعالى **﴿ان ترك خيرا الوصية للوالدين والأقربين بالمعروف﴾** البقرة (١٨٠). وقوله تعالى : **﴿قل ما أنفقتم من خير فللوالدين والأقربين واليتامى﴾** البقرة (٢١٥). وقوله تعالى **﴿وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحسانا﴾** الاسراء (٢٣). **﴿ووصينا الانسان بوالديه حسناً وان جاهداك لتشرك بما ليس لك به علم فلا تطعهما الى مرجعكم فأنبئكم بما كنتم تعملون﴾** العنكبوت (٨).

وفي الوصية بالوالدين والرحمة بهما يقول تعالى : **﴿ووصينا الانسان بوالديه حملته أمه وهنا على وهن﴾** لقمان (١٤). وقوله تعالى : **﴿وبرا بوالدتي ولم يجعلني جباراً شقيا﴾** مريم (٣٢). وقوله عز وجل **﴿لا تضار والدة بولدها ولا مولود له بولده﴾** البقرة (٢٣٢).

شفاء النفوس
من خلال الهدى القرآنى

الإيمان الروحى الإسلامى يؤدى بصاحبه الى التمتع بالصحة النفسية الجيدة ويحميه من الإصابة بالأمراض والأعراض والأزمات والمشاكل والتوترات والصراعات والقلاقل النفسية والاجتماعية فيصبح راضيا عن نفسه وعن المجتمع الذى يعيش فى كنفه من جراء التزامه بالقيم الإسلامية العظيمة التى تحفظ على الانسان دينه ودنياه وأخرته وتعمل على تحسين علاقاته مع الناس ومع المجتمع. وتمتاز النفس، فى الاطار الاسلامى، بالصفاء والنقاء والطهارة والعفة والسمو والشفافية والتحرر من الغل والحقد والحسد والغيرة.. فالإسلام دين الدنيا والآخرة والفرد والجماعة ويدعونا الى الاحسان الى الناس والى اتقان الأعمال النافعة وتجويدها وتحسينها والى المثالية فى كل شئ فهو دستورنا الخالد حتى قيام الساعة.

وفى الدعوة الى الاحسان الى الناس والى النفس قال تعالى **﴿وحسن أولئك رفيقا﴾** النساء ٦٩). وقوله تعالى **﴿متكئن فيها على الأرائك نعم الثواب وحسنت مرتفقا﴾** الكهف (٣١).

وفى بيان فضل الاحسان والاتقان والاخلاص والتفانى فى العمل والتدريب الجيد على أدائه يقول تعالى **﴿إنا لا نضيع أجر من أحسن عملا﴾** الكهف (٣٠). وهذا ما يسعى اليه فرع تطبيقى من فروع علم النفس هو علم النفس المهنى الذى يدعو الى حسن التدريب والاتقان والاخلاص فى العمل وحبه والميل اليه وعدم كراهيته. كما يقول تعالى **﴿ولا تنسى نصيبك من الدنيا وأحسن كما أحسن الله اليك﴾** القصص (٧٧) تعبيراً عن الوسطية والاعتدالية والحكمة والروية فى الإسلام فلا ينسى الانسان نصيبه من الدنيا ولا يهمل أمور أخرته. يقول تعالى **﴿أحسنتم لأنفسكم وإن أسأتم فلها﴾** الاسراء (٧). فالاحسان فى المحل الأول يرتد على صاحبه ثم على من حوله من أبناء المجتمع والاحسان يشعر صاحبه بالسعادة

والغبطة والرضا. كما فى قوله تعالى ﴿للذين أحسنوا الحسنى وزيادة﴾ يونس (٢٦). وقوله تعالى ﴿وأحسن كما أحسن الله إليك﴾ القصص (٧٧). وللاحسان أجر عظيم فى الآخرة وله أثره النفسى والخلقى والاجتماعى والأسرى فى هذه الحياة كما جاء فى الهدى القرآنى الخالد.. ﴿والله عنده حسن الثواب﴾ آل عمران (١٩٥). وقوله ﴿وقولوا للناس حسنا وأقيموا الصلاة واتوا الزكاة﴾ البقرة (٨٣).

وللصلاة آثار نفسية عظيمة فهى تدفع الى الشعور بالراحة وبالقرب من الله والاتصال به فهى مناجاة روحية بين العبد وربه وفيها مرضاة لله تعالى.. وقوله تعالى ﴿ووصينا الانسان بوالديه﴾ العنكبوت (٨).

فالإسلام يحرص على سلامة الأسرة وحماية القيم ومن أعظمها قيمة احترام الوالدين والعطف عليهما والاحسان اليهما. وقوله ﴿ومن يقترف حسنة نزد له فيها حسنا﴾ الشورى (٢٣).ة

وللاحسان أجر عظيم عند الله تعالى كقوله تعالى ﴿من ذا الذى يقرض الله قرضا حسناً فيضاعفه له﴾ البقرة (٢٤٥).

وفى الدعوة للاحسان والانفاق فى وجوه الخير يقول تعالى: ﴿ومن رزقناه منا رزقاً حسناً فهو ينفق منه سراً وجهراً﴾ النحل (٧٥).

وفى بيان القيمة النفسية والروحية والايمانية والأخلاقية يقول تعالى: ﴿والذين هاجروا فى سبيل الله ثم قتلوا أو ماتوا ليرزقهم الله رزقاً حسناً﴾ الحج (٥٨). وقوله تعالى ﴿ومنهم من يقول ربنا آتنا فى الدنيا حسنة وفى الآخرة حسنة وقنا عذاب النار﴾ البقرة (٢٠١).

فالقرآن الكريم يضع أمام الانسان صورة للحياة المتكاملة المتوازنة بين الدنيا والآخرة. كما فى قوله ﴿ان الله لا يظلم مثقال ذرة وان تك حسنة يضاعفها﴾ النساء (٤٠). ﴿ما أصابك من حسنة فمن الله وما أصابك من سيئة فمن نفسك﴾ النساء (٧٩). بيان لتحمل الانسان مسئولية سيئاته وبيان فضل الله على عباده.

والاحسان منهج عام كما فى قوله **﴿من يشفع شفاعة حسنة يكن له نصيب منها﴾** النساء (٨٥).

وقوله فى مضاعفة أجر الاحسان **﴿من جاء بالحسنة فله عشر أمثالها﴾** الانعام (١٦٠). وقال عز وجل **﴿واكتب لنا فى هذه الدنيا حسنة وفى الآخرة انا هدنا اليك﴾** الاعراف (١٥٦). قال **﴿عذابى أصيب به من أشاء ورحمتى وسعت كل شئ فسأكتبها للذين يتقون ويؤتون الزكاة والذين هم باياتنا يؤمنون﴾** الأعراف (١٥٦).

والحسنات يذهبن السيئات حتى يتحرر المسلم، بلغة علم النفس، من مشاعر الذنب والاثم والخطيئة وعندما يتحرر من هذه المشاعر السالبة لتحل محلها مشاعر الأمل والرجاء. يقول تعالى **﴿ويدرءون بالحسنة السيئة أولئك لهم عقبى الدار﴾** الرعد (٢٢).

ويقول فى الاحسان فى منهج الدعوة وليس العنف أو التهديد أو القوة وانما بالحسنى قال تعالى **﴿ادع الى سبيل ربك بالحكمة والموعظة الحسنة﴾** النحل (١٢٥).

وخير من يهتدى به المسلم ويتأسى بأعماله ومبادئه وهديه الرسول الكريم بقوله تعالى : **﴿لقد كان لكم فى رسول الله أسوة حسنة﴾** الأحزاب (٢١).

ويحض الاسلام دائماً على الصدقات والحسنات. ولهذا أثره فى تماسك المجتمع وفى تحقيق الوحدة الوطنية الشاملة لقوله تعالى : **﴿من جاء بالحسنة فله خير منها﴾** القصص (٨٤). وقوله تعالى **﴿لقد كان لكم فى رسول الله أسوة حسنة﴾** الأحزاب (٢١). مما يوضح الرؤية أمام المسلم ويبين معالم الطريق حتى لا يحتويه الشك والحيرة والضياع لعدم معرفة الحق من الباطل، فلنا فى رسول الله أسوة حسنة وقدوة رائعة. يقول تعالى **﴿ ولا تستوى الحسنة ولا السيئة﴾** فصلت (٣٤). وكذلك قوله **﴿ان الحسنات يذهبن السيئات﴾** هود (١١٤).

والطهر فضيلة عظيمة وقيمة رائعة يحض الاسلام أبناءه على التمسك بها :

طهارة اليد والقلب والنفس والفؤاد وكل الجوارح.. يقول تعالى **﴿خذ من أموالهم صدقة تطهركم وتزكيم بها﴾** التوبة (١٠٣).

وفى الدعوة للطهر يقول الهدى القرآنى الخالد **﴿وثيابك فطهر. والرجز فاهجر﴾** المدثر (٤ – ٥).

وينبذ الإسلام كل مظاهر الشذوذ الجنسى وغير الجنسى ويدعو الى السواء والفطرة السوية، وسلامة الشخصية وصحتها وإعتدالها يقول تعالى **﴿اخرجوا آل لوط من قريتكم أنهم أناس يتطهرون﴾** النمل (٥٦).

والمسلم مأمور ومطالب بالتحلى بالطهر والنظافة لأنها شعبة من شعب الايمان وعن طريقها يشعر المسلم بالنقاء والصحاء ويفتح الطريق بينه وبين ربه ويصبح دعاؤه مقبولاً. يقول تعالى **﴿ان كنتم جنباً فاطهروا﴾** المائدة (٦).

وفى بيان فضل الطهر والتوبة يقول الهدى القرآنى العظيم : **﴿ان الله يحب التوابين ويحب المتطهرين﴾** البقرة (٢٢٢).

وفى الدعوة للنظافة محافظة على صحة الرجل والمرأة فلقد جاء فى آداب الجماع قوله تعالى : **﴿فإن تطهرن فاتوهن من حيث أمركم الله﴾** البقرة (٢٢٢).

ويسعى الإسلام لشفاء من فى قلبه مرض، والمقصود مرض نفسى وإيمانى وحالات من الشك والريبة أو الرفض للدعوة الإسلامية وللقرآن الكريم يقول تعالى : **﴿فى قلوبهم مرض فزادهم الله مرضا﴾** البقرة (١٠).

ويحذر الاسلام من أن يمتلئ قلب الانسان بالمرض والشك والريبة وهى من علامات المرض النفسى والعقلى يقول الله تعالى : **﴿وأما الذين فى قلوبهم مرض فزادتهم رجسا الى رجسهم﴾** التوبة (١٢٥) وقوله تعالى **﴿أم حسب الذين فى قلوبهم مرض أن لن يخرج الله اضغانهم﴾** محمد (٢٩). وقوله عز وعلا **﴿رأيت الذين فى قلوبهم مرض ينظرون اليك نظر المغشى عليه من الموت﴾** محمد (٢٠). يقول القرآن الكريم **﴿ترى الذين فى قلوبهم مرض يسارعون فيهم﴾** المائدة (٥٢). كما يقول **﴿إذ يقول المنافقون والذين فى قلوبهم مرض غير هؤلاء دينهم﴾**

الانفعال (٤٩).

ويحث الاسلام المسلمين للبعد عن الهوى والضلال والطياش حيث يقول القرآن الكريم : ﴿ومن يحلل عليه غضبي فقد هوى﴾ طه (٨١). وكما في قوله تعالى : ﴿كلما جاء رسول الله بما لا تهوى أنفسهم فريقا كذبوا وفريقا يقتلون﴾ البقرة (٨٧). وقوله تعالى : ﴿فاجعل أفئدة الناس تهوى اليهم أرزقهم من الثمرات﴾ ابراهيم (٣٧).

ويدعو لتحاشي هوى النفس كما في قوله تعالى : ﴿فلا تتبعوا الهوى ان تعدلوا﴾ النساء (١٣٥). وقوله ﴿فاحكم بين الناس بالحق ولا تتبع الهوى فيضلك عن سبيل الله﴾ ص (٢٦).

وتأكيداً لصدق الرسول ﷺ يقول القرآن الكريم ﴿وما ينطق عن الهوى. ان هو الا وحى يوحى﴾ النجم (٣).

وفي فضل البعد عن هوى النفس يقول القرآن الكريم حتى لا يشعر الانسان بالتشتت والضياع وتفترسه الهواجس والوساوس والشكوك يقول القرآن الكريم : ﴿وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى فإن الجنة هى المأوى﴾ النازعات (٤٠). وقوله تعالى : ﴿ولا تطع من أغفلنا قلبه عن ذكرنا واتبع هواه وكان أمره فرطا﴾ الكهف (٢٨). وقوله تعالى : ﴿أرأيت من اتخذ الهه هواه أفأنت تكون عليه وكيلا﴾ الفرقان (٤٣).

وفي الدعوة للتمسك بهدى الله وسنة نبيه يقول القرآن الكريم : ﴿ومن أضل ممن اتبع هواه بغير هدى من الله﴾ القصص (٥٠).

وفي النهى عن اتباع الهوى يقول القرآن الكريم : ﴿ولا تتبع أهواء الذين كذبوا بآياتنا﴾ الانعام (١٥٠). وقوله أيضاً : ﴿ولا تتبعوا أهواء قوم قد ضلوا من قبل وأضلوا كثيرا﴾ المائدة (٧٧).

تربية الإسلام
وسلامة الصحة النفسية

التعاليم الإسلامية تحيط كل حياة الانسان الجسمية والعقلية والاجتماعية والتربوية والفكرية والعلمية والعملية والاقتصادية والأسرية بسياج عظيم من القيم والمثل والمبادئ والتوجيهات والارشادات وأنماط الهدى العظيم التى تحفظ على الانسان صحته وخلقه وتحميه من الإصابة بالأمراض العقلية والنفسية وكافة الانحرافات والصراعات والتوترات وتحميه من الصدام مع مجتمعه بل تدعوه الى الامتثال لقيم المجتمع الإسلامى والطاعة والانضباط وتوخى الأمانة والصدق فى كل تعاملاته بما فى ذلك تعاملاته المالية والاقتصادية والبيع والشراء والإستهلاك.

فالإسلام يدعو لعدم الغش فى التعامل أو المنافسة غير المتعادلة والى إماطة الأذى عن الطرق وحفظها من التلوث وعدم التبول أو التغوط فى الطرقات العامة، كما يدعو لحب العمل والقيام به وإتقانه وتحسينه. كما يدعو الاسلام الى الوسطية والاعتدال، كما يدعو لعيادة المريض وحضور الجنائز تعبيراً عن التماسك الاجتماعى، ويدعو الى الاخاء فى الاسلام ويدعو الى التوحيد والى الشهادة والى الايمان والى كل الفضائل والخصال الحميدة التى تساعد الانسان على التمتع بالصحة النفسية.

يقول الرسول الكريم «لا اله الا الله وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد وهو على كل شئ قدير، اللهم لا مانع لما أعطيت ولا معطى لما منعت» (متفق عليه).

وجاء فى تحريم بيع الحاضر للبادى وتلقى الركبان وبيع المسلم على بيع أخيه قول الرسول ﷺ «ألا يبيع حاضر لباد وان كان أخاه لأبيه وأمه» (متفق عليه). وقال ﷺ «لا تتلقوا الركبان ولا يبيع حاضر لباد، فقال له طاوس : ما «لا يبيع

حاضر لباد» قال : لا يكون له سمساراً» (متفق عليه). ونهى رسول الله ﷺ «أن يبيع حاضر لباد ولا تفاحشوا ولا يبيع الرجل على بيع أخيه ولا يخطب على خطبة أخيه ولا تسأل المرأة طلاق أختها لتكفأ ما فى إنائها» رواه أبو هريرة. ونهى رسول الله ﷺ عن التلقى وأن يبتاع المهاجر للاعرابى وأن تشترط المرأة طلاق أختها وأن يقام الرجل على سوم أخيه. ونهى عن النجش» (متفق عليه).

وجاء فى النهى عن البول فى الماء الراكد أنه ﷺ «نهى أن يبال فى الماء الراكد» رواه مسلم حفاظاً على ما ندعو إليه الآن من نظافة البيئة وحمايتها من التلوث وانتقال العدوى للناس وهى الحالة التى تفاقمت فى هذه الأيام وأصبح التلوث يهدد حياة الانسان كلها على هذا الكوكب.

وجاء فى تحريم مال اليتيم إن الله تعالى قال **﴿إن الذين يأكلون أموال اليتامى ظلماً إنما يأكلون فى بطونهم ناراً وسيصلون سعيراً﴾** النساء (١٠). وقال تعالى **﴿ولا تقربوا مال اليتيم الا بالتى هى أحسن﴾** الانعام (١٥٢). وقال تعالى **﴿ويسألونك عن اليتامى قل اصلاح لهم خير وان تخالطوهم فاخوانكم والله يعلم المفسد من المصلح﴾** البقرة (٢٢). وقال ﷺ «اجتنبوا السبع الموبقات قالوا يا رسول الله وما هى قال الشرك بالله والسحر وقتل النفس التى حرم الله الا بالحق وأكل الربا وأكل مال اليتيم والتولى يوم الزحف وقذف المحصنات المؤمنات الغافلات» متفق عليه [(١)].

ولذلك تجدر الاشارة الى الدعوة لانشاء الجمعيات الخيرية الانسانية التى ترعى اليتامى واللقطاء والفقراء والمساكين.

وجاء فى تحريم الربا قال الله تعالى ﴿الذين يأكلون الربا لا يقومون الا كما يقوم الذى يتخبطه الشيطان من المس ذلك بأنهم قالوا إنما البيع مثل الربا وأحل الله البيع وحرم الربا فمن جاءه موعظة من ربه فإنتهى فله ما سلف وأمره الى الله ومن عاد فأولئك أصحاب النار﴾ وقال تعالى ﴿يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وذروا ما

(١) النووى، محيى الدين ، رياض الصالحين، من كلام سيد المرسلين، وكالة المطبوعات، الكويت ص ٤٩٦ – ٤٩٨.

بقى من الربا﴾ البقرة (٢٧٨). وقال ابن مسعود «لعن رسول الله ﷺ آكل الربا وموكله» وزاد الترمذى على ذلك وقال وشاهديه وكاتبه.

وجاء فى الدعوة لإظهار نعمة الله على العبد قول رسول الله ﷺ «ان الله يحب أن يرى نعمته على عبده».

وجاء فى الدعوة لحب العمل ان النبى ﷺ قال «لأن يحتطب أحدكم حزمة على ظهره خير له من أن يسأل أحدا فيعطيه أو يمنعه» رواه الشيخان. وقال ﷺ «ما أكل أحد طعاماً قط خيراً من أن يأكل من عمل يده وان نبى الله داود كان يأكل من عمل يده» رواه البخارى. والمسلم يشعر بالأمان والاطمئنان على حياته ورزقه فى رحاب الايمان» قال تعالى ﴿وما من دابه فى الأرض الا وعلى الله رزقها﴾ «هود (٦). وقال تعالى فى الدعوة للتوسط والاعتدال والسواء ﴿والذين اذا انفقوا لم يسرفوا ولم يقتروا وكان بين ذلك قواماً﴾ الفرقان (٢٥). وقال تعالى ﴿فإذا قضيت الصلاة فانتشروا فى الأرض وابتغوا من فضل الله﴾ الجمعة (١٠). قال ﷺ «قد أفلح من أسلم ورزق كفافاً، ومتعه الله بما آتاه» رواه مسلم، للدعوة للقناعة والزهد وعدم التكالب والتصارع والطمع فى مزيد من الكسب.

وقال ﷺ فى تنظيم عملية البيع والشراء بين المسلمين ووضع أخلاقياتها وقواعدها «لا يبيع بعضكم على بيع بعض ولا يخطب على خطبة أخيه الا أن يأذن له».

وفى تحريم الربا والغش فى البيع قال ﷺ «ومن حمل علينا السلاح فليس منا ومن غشنا فليس منا» فحياة الإسلام تقوم على أساس قواعد أخلاقية سوية تضبط السلوك الفردى والجماعى والاقتصادى.

الجوانب التربوية فى حياة المؤمن :

لقد اهتم الاسلام بقضية التربية والتعليم ودعا الى طلب العلم من المهد الى اللحد، وهو ما يعبر عنه فى الوقت الحاضر باصطلاح «التعليم المستمر» طوال حياة الفرد. ولقد كان اسلامنا الحنيف سباقاً فى هذا المضمار على علوم التربية

وعلى علم النفس فى العصر الحديث. ولقد جعل الاسلام الخالد طلب العلم فريضة على كل مسلم ومسلمة ودعا الى طلب العلم حتى وان كان فى الصين.

وتمتاز التربية الإسلامية بعدة خصائص ايجابية منها : تعليم البنات، ومنها أنها تربية شمولية تكاملية تشمل كل جوانب شخصية المسلم، وان كان الاهتمام الأكبر ينصب على التربية الروحية والأخلاقية والايمانية والخلقية والعلمية والعقائدية والفكرية والمهنية والعملية والأسرية، بحيث يؤدى اتباعها الى تكوين المواطن الصالح المتكامل والمتوازن. ومن ذلك أننا نلمس فى التراث الإسلامى مبادئ للتربية البيئية والتربية السكانية والتربية الصحية والتربية العملية والمهنية والتربية الوطنية والسياسية. كما تمتاز التربية الاسلامية بالحض على تعليم الأبناء الصلاة والصوم والسباحة والرماية وركوب الخيل، وحب العمل والرجولة، وعدم التشبه بالنساء والايجابية، الى جانب التربية على الجهاد والمرابطة والاستعداد لمواجهة الأخطار. ومن المبادئ التربوية فى الاسلام عدم تحميل الطفل ما لا طاقة له به، فلكل نفس ما وسعت.. ولا يكلف الله نفساً إلا وسعها حتى لا يكون هناك تشدد على الطفل أو مغالاة فيما نطلبه منه. ذلك لأن تكليف الطفل بما يفوق قدراته يجعله يشعر بالفشل والاحباط ويفقد الثقة فى نفسه. ومعروف أن الإسلام يكرم العلم والعلماء وأنزلهم منزلة رفيعة. ويربى الإسلام أبناءه على حب العمل.

وجاء فى الحث على الأكل من عمل اليد أن رسول الله ﷺ قال «لأن يأخذ أحدكم أحبله ثم يأتى الجبل فيأتى بحزمة من حطب على ظهره فيبيعها فيكف الله بها وجهه خير له من أن يسأل الناس أعطوه أو منعوه. رواه الشيخان. وقال تعالى ﴿**فإذا قضيت الصلاة فانتشروا فى الأرض وابتغوا من فضل الله. واذكروا الله كثيراً لعلكم تفلحون**﴾ الجمعة (١٠). وقال ﷺ «ان داود عليه السلام كان لا يأكل الا من عمل يده» رواه البخارى. وقال ﷺ كان زكريا عليه السلام نجاراً» رواه البخارى.

وجاء فى التربية البيئية ان الله تعالى قال ﴿**والذين يؤذون المؤمنين والمؤمنات**

بغير ما اكتسبوا فقد احتملوا بهتاناً وإثما مبينا» الأحزاب (٥٨). قال ﷺ اتقوا اللاعنين. قالوا وما اللاعنان ؟ قال : الذى يتخلى فى طريق الناس أو ظلهم».

وجاء فى التربية الصحية أن الله تعالى قال «أينما تكونوا يدرككم الموت ولو كنتم فى بروج مشيدة» النساء (٧٨). ليعرف الناس أن مصيرهم الموت وأنه قدر محتوم مهما طال العمر. ولذلك يسعون ليحسنوا آخرتهم. قال تعالى «ولا تلقوا بأيدكم الى التهلكة» البقرة (١٩٥). وقال ﷺ «إذا سمعتم الطاعون بأرض فلا تدخلوها وإذا وقع بأرض وأنتم فيها فلا تخرجوا منها» متفق عليه. لمنع انتشار العدوى والجراثيم والأوبئة حفاظاً على صحة المجتمع الإسلامى.

البعد الإجتماعى :

ينظم الإسلام الجانب الاجتماعى من حياة الفرد فى علاقته بالجماعة ويحض على الاخاء، فالمسلم أخو المسلم لا يؤذيه ولا يضره ولا يسبه ولا يحقره. ويدعو الاسلام لإقامة الحياة الاجتماعية على أساس من المساواة. فالناس سواسية كأسنان المشط ليس لعربى على أعجمى فضل الا بالتقوى. ويشجع الاسلام أبناءه على البر والتقوى، وليس على الاثم والعدوان أو الظلم. ويكفل الاسلام التكافل الاجتماعى أو الضمان الاجتماعى كما يتمثل ذلك فى الزكاة وغيرها من الصدقات، ويسعى الاسلام الى اقامة علاقات اجتماعية طيبة وايجابية بين مختلف شرائح المجتمع، فأوجب طاعة ولى الأمر ودعا الى حسن العلاقة بين الرجال والنساء وبين الآباء والأبناء وبين الفقراء والأغنياء وبين الكبار والصغار لتكوين المنظومة الاجتماعية المتناغمة والمنسجمة والتى يسودها روح الوئام والوفاق والوحدة والتوحد والمشاركة الوجدانية ولذلك دعا الاسلام الى صلاة الجمعة بإعتبارها «مؤتمراً إسلامياً وعلمياً وإجتماعياً» ودعا الى عيادة المريض، ورد السلام، وتشميت العاطس والاشتراك فى تشييع الجنائز. كما دعا الى الايجابية وتحمل المسئولية. فكلنا راع بحد ما تتسع دائرة المسئولية. ودعا الاسلام الى صلة الأرحام والى حب التجمع والى منع الايذاء.

قال ﷺ «المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يسلمه من كان فى حاجة أخيه

كان الله فى حاجته ومن فرج عن مسلم كربه فرج الله عنه بها كربة من كرب يوم القيامة ومن ستر مسلماً ستره الله يوم القيامة» متفق عليه وتدعيماً لمعنى الاخاء والمودة والرحمة والشفقة بين المسلمين» وقال ﷺ «لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه» رواه الشيخان وقال ﷺ «حق المسلم على المسلم خمس : رد السلام وعيادة المريض واتباع الجنائز واجابة الدعوة وتشميت العاطس» لرفع الروح المعنوية بين المسلمين واثارة الشعور بالتآخى والتضامن والتماسك.

وقال ﷺ «أنصر أخاك ظالماً أو مظلوماً. فقال رجل يا رسول الله أنصره مظلوماً فكيف أنصره ظالماً ؟ قال تحجزه أو تمنعه عن الظلم فان ذلك نصره» يقول ذلك للذين يشجعون اليوم الفساد والتسيب والظلم والاستبداد والبطش والقهر والتعصب والتطرف. وقال ﷺ «لا تحاسدوا ولا تناجشوا ولا تباغضوا ولا تدابروا ولا يبيع بعضكم على بيع بعض، وكونوا عباد الله اخواناً، المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يحقره ولا يخذله، التقوى ههنا ويشير الى صدره ثلاث مرات بحسب إمرئ من الشر أن يحقر أخاه المسلم، كل المسلم على المسلم حرام دمه وماله وعرضه» رواه مسلم.

وجاء فى وجوب الطاعة لولاة الأمر : قال الله تعالى ﴿**وأطيعوا الله وأطيعوا الرسول وأولى الأمر منكم**﴾ النساء (٥٩). قال ﷺ «من أطاعنى فقد أطاع الله، ومن عصانى فقد عصى الله ومن يطيع الأمير فقد أطاعنى ومن يعصى الأمير فقد عصانى» رواه الشيخان. نقول ذلك للذين يدعون للتمرد والعصيان والخروج على الشرعية. وقال ﷺ «من كره من أميره شيئاً فليصبر فإنه من خرج من السلطان شبرا مات ميتة جاهلية» رواه الشيخان. وقال ﷺ «أسمعوا وأطيعوا، فإنما عليهم ما حملوا وعليكم ما حملتم» رواه مسلم. فالوالى مسئول عن سلوكه أمام الله.

وجاء فى فضل يوم الجمعة أن محمد ﷺ قال «خير يوم طلعت عليه الشمس يوم الجمعة. فيه خلق آدم وفيه أدخل الجنة وفيه أخرج منها» رواه مسلم. وقال ﷺ «لا يغتسل رجل يوم الجمعة ويتطهر ما استطاع من طهر ويدهن من دهنه أو

يمس من طيب بيته، ثم يخرج فلا يفرق بين اثنين ثم يصلى ما كتب له ثم ينصت اذا تكلم الامام الا غفر له ما بينه وبين الجمعة» رواه البخارى.

وجاء عن صلاة الجنازة أن الله تعالى قال **﴿حتى اذا جاء أحدهم الموت قال رب ارجعون لعلى أعمل صالحاً فيما تركت كلا أنها كلمة هو قائلها ووراءهم برزخ الى يوم يبعثون﴾** المؤمنون (٩٩) وقال تعالى **﴿أفحسبتم إنا خلقناكم عبثاً وأنكم الينا لا ترجعون﴾** المؤمنون (١١٥). وقال ﷺ «ما من مسلم يموت فيقوم على جنازته أربعون رجلاً لا يشركون بالله شيئاً إلا شفعهم الله منه» رواه مسلم. وقال ﷺ «من شهد الجنازة حتى يصلى عليها فله قيراط ومن شهدها حتى تدفن فله قيراطان قيل وما القيراطان قال مثل الجبلين العظيمين».

وجاء فى عيادة المريض وما يدعى له به أن ﷺ قال «حق المسلم على المسلم خمس : رد السلام وعيادة المريض واتباع الجنازة واجابة الدعوة وتشميت العاطس» رواه أبى هريرة متفق عليه. وقال ﷺ «عودوا المريض وأطعموا الجائع وفكوا العانى» رواه البخارى ودخل النبى ﷺ على رجل اعرابى يعوده وكان اذا دخل على من يعوده قال لا بأس طهورا ان شاء الله.

وجاء فى الايجابية أن الله تعالى قال **﴿كنتم خير أمه أخرجت للناس تأمرون بالمعروف وتنهون عن المنكر﴾** آل عمران (١١٠). وقال تعالى **﴿والمؤمنون والمؤمنات بعضهم أولياء بعض يأمرون بالمعروف وينهون عن المنكر﴾** التوبة (٧١).

قال ﷺ «اتقوا الظلم فإن الظلم ظلمات يوم القيامة واتقوا الشح فإن الشح أهلك من كان قبلكم حملهم على أن سفكوا دماءهم واستحلوا محارمهم» متفق عليه. وقال ﷺ «من رأى منكم منكراً فليغيره بيده فإن لم يستطع فبلسانه فإن لم يستطع فبقلبه وذلك أضعف الايمان».

وجاء فى صلة الرحم ان الله تعالى قال **﴿واعبدوا الله ولا تشركوا به شيئاً وبالوالدين إحساناً وبذى القربى واليتامى والمساكين والجار ذى القربى والجار الجنب والصاحب بالجنب وابن السبيل وما ملكت ايمانكم﴾** النساء (٣٦).

قال ﷺ «من أحب أن يبسط له فى رزقه وينسأ له فى أثره فليصل رحمه» متفق عليه وقال ﷺ «الرحم معلقة بالعرش تقول من وصلنى بالله ومن قطعنى قطعه الله». وقال ﷺ «ليس الواصل بالمكافئ ولكن الواصل الذى اذا قطعت رحمه وصلها» رواه البخارى وقال ﷺ «من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يؤذى جاره ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيراً أو ليصمت ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليصل رحمه» رواه مسلم.

وجاء فى حب التجمع أن الله تعالى قال ﴿**محمد رسول الله والذين معه أشداء على الكفار رحماء بينهم**﴾ الفتح (٢٩). قال ﷺ «ثلاث من كن وجد فيهن حلاوة الايمان أن يكون الله ورسوله أحب اليه مما سواهما وأن يحب المرء لا يحبه الا الله وأن يكره أن يعود فى الكفر بعد أن أنقذه الله منه كما يكره أن يقذف فى النار». وقال ﷺ سبعة يظللهم الله فى ظله يوم لا ظل الا ظله. امام عادل وشاب نشأ فى عبادة الله عز وجل ورجل قلبه معلق بالمساجد ورجلان تحابا فى الله اجتمعا عليه وتفرقا عليه ورجل دعته إمرأة ذات حسن وجمال فقال أنى أخاف الله رب العالمين ورجل تصدق بصدقة فأخفاها حتى لا تعلم شماله ما تنفق يمينه ورجل ذكر الله خالياً ففاضت عيناه». وقال ﷺ ان الله تعالى يقول يوم القيامة «أين المتحابون بجلالى اليوم أظلهم فى ظلى يوم لا ظل الا ظلى». وقال ﷺ «والذى نفسى بيده لا تدخلوا الجنة حتى تؤمنوا ولا تؤمنوا حتى تحابوا أولا أدلكم على شئ إذا فعلتموه تحاببتم أفشوا السلام بينكم».

الفضائل الإسلامية
وأثرها على الصحة النفسية

للفضائل تأثير عظيم على صحة الانسان النفسية وتمتعه بالسعادة والرضا والغبطة وحسن تكيفه مع الحياة ومن ذلك الاستقامة. قال تعالى ﴿**فاستقم كما أمرت**﴾ [1]. وقال تعالى ﴿**ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا تتنزل عليهم الملائكة ألا تخافوا ولا تحزنوا وأبشروا بالجنة التي كنتم توعدون نحن أولياؤكم في الحياة الدنيا وفي الآخرة ولكم فيها ما تشتهي أنفسكم ولكم فيها ما تدعون نزلاً غفور رحيم**﴾ (فصلت ٣٠ – ٣١). تأكيداً كريماً لقيمة الاستقامة وفضلها. فالاستقامة حماية من الخوف والحزن وهي تبعث على الشعور بالأمن والأمان والاطمئنان والسكينة والتوكل والاعتماد على الله تعالى. وقال رسول الله ﷺ «قل : آمنت بالله ثم استقم» [2] وفي تحريم الظلم والأمر برد المظالم يقول الله تعالى ﴿**وما للظالمين من حميم ولا شفيع يطاع**﴾ [3] ويقول رسول الله ﷺ : «اتقوا الظلم فإن الظلم ظلمات يوم القيامة، واتقوا الشح فإن الشح أهلك من كان قبلكم حملهم على أن سفكوا دمائهم واستحلوا محارمهم» [4] ولا شك أن شعور الانسان بوقوع الظلم عليه شعور مر مؤلم قاس يؤدي الى الاصابة بالمرض النفسي أو الجسمي. ويقول رسول الله ﷺ «إن الله يملي للظالم، فإذا أخذه لم يفلته» فالإسلام الحنيف ينهى عن الظلم وعن البخل والشح والطمع والجشع ويتوعد الله تعالى الظالمين وأن أمهلهم أخذهم أخذ عزيز مقتدر وذلك تشجيعاً للمسلم على نبذ الظلم والبخل والشح وتمسكاً بالكرم والجود والعطاء والعدل والاخاء والمساواة بين جميع أبناء المجتمع الإسلامي لتستقيم الحياة ويسعد الناس.

---

(١) سورة هود ١١٢.

(٢) رياض الصالحين ص ٥٢.

(٣) الشورى ٨.

(٤) أوردها محيى الدين النووي، رياض الصالحين من كلام سيد المرسلين، وكالة المطبوعات بالكويت، ودار القلم ببيروت (ب. ت).

وفى باب تعظيم حرمات المسلمين وبيان حقوقهم والشفقة عليهم ورحمهم. ويقول الله تعالى ﴿**ومن يعظم حرمات الله فهو خير له عند ربه**﴾ [1] ويقول تعالى ﴿**ومن يعظم شعائر الله فإنها من تقوى القلوب**﴾ [2] ويقول تعالى ﴿**واخفض جناحك للمؤمنين**﴾ [3] دعوة للتواضع والاخاء واللين والحسنى مع المسلمين. قال رسول الله ﷺ « المؤمن للمؤمن كالبنيان المرصوص يشد بعضه بعضاً» [4]. تحقيقاً لما يسمى اليوم «بالتمسك الاجتماعى» و «الوحدة الوطنية» التضامن الاجتماعى والتعاون والأخذ والعطاء ولا شك فى الاتحاد قوة ومناعة.

قال رسول الله ﷺ «مثل المؤمنين فى توادهم وتراحمهم وتعاطفهم مثل الجسد اذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى» [5]. ولعل الأمراض النفسية تنتشر فى المجتمعات الغربية المادية بسبب فقدانها ذلك التلاحم والتساند والتماسك الاجتماعى والأسرى.

وقال رسول الله ﷺ فى الدعوة للرحمة والشفقة «من لا يرحم الناس لا يرحمه الله» [6] وعلى الرغم من أن ارتفاع مستوى المعيشة المادى فى المجتمعات الغربية الا أنها تعانى من الأمراض العقلية التى تصل الى درجة الانتحار وذلك لفقدان الترابط الروحى والخلقى والايمانى والأسرى.

وفى الدعوة الى الاصلاح بين الناس. قال تعالى ﴿**والصلح خير**﴾ [7]. قال تعالى ﴿**إنما المؤمنون أخوه فاصلحوا بين أخويكم**﴾ [8]، ذلك لأن جو الخصام والانقسام والصراع هو التربة التى تنشأ فيها الأمرض النفسية والعقلية، فالشعور

---

(١) سورة الحج ٣٠.
(٢) سورة الحج ٣٢.
(٣) سورة الشعراء ٢١٥.
(٤) رياض الصالحين.
(٥) المرجع السابق.
(٦) نفس المرجع.
(٧) سورة النساء ١١٤.
(٨) الحجرات ١٠.

بالإخاء يوفر السند والتعضيد للانسان بحيث لا يشعر أنه وحده فى هذا العالم يقف بمفرده فالفردية والأنانية من أسباب الأمراض النفسية والإسلام يحض على حياة الجماعة وعلى الإخاء فى الدين.

أهمية النية أو النوايا وحسن المقاصد فى السلوك الانسانى :

الإسلام يهتم بنوايا الانسان وخواطره ومقاصده من السلوك ويحاسب على النوايا الطيبة. ففى مجال الاخلاص واحضار النية فى جميع الأعمال والأقوال والأحوال البارزة والخفية. يقول رسول الله ﷺ «إنما الأعمال بالنيات وإنما لكل إمرئ ما نوى، فمن كانت هجرته الى الله ورسوله فهجرته الى الله ورسول.. ومن كانت هجرته لدنيا يصيبها أو إمرأة ينكحها فهجرته الى ما هاجر اليه» [١].

قال رسول الله ﷺ «إن الله لا ينظر الى أجسامكم ولا الى صوركم ولكن ينظر الى قلوبكم» [٢] فالعبرة بالنوايا الحسنة وحسن السريرة وصفاء الضمائر ونقاء داخلية الانسان وليست العبرة بالسلوك الظاهرى.

وفى فضل التوبة النصوح يؤكد الاسلام على أثرها فى تحرير شعور الانسان من الخوف والذنب ولوم الذات وتوقيع العقاب... ويؤكد الاسلام أن التوبة تقود الى الصلاح والتقوى والورع والخشوع والطاعة. قال تعالى **﴿وتوبوا الى الله جميعاً أيها المؤمنون لعلكم تفلحون﴾** [٣].

ففى تطهير الذات من الرجس والدنس والخبث والخبائث ومن الأفكار الشريرة والانتقام قال رسول الله ﷺ «إن الله تعالى يبسط يده بالليل ليتوب مسيء النهار ويبسط يده بالنهار ليتوب مسيء الليل حتى تطلع الشمس من مغربها» [٤]. قال صفوان بن عسال «إن الملائكة تضع أجنحتها لطالب العلم رضاء بما يطلب» [٥].

---

(١) المرجع السابق ص ١١.
(٢) المرجع السابق ص ١٣.
(٣) سورة النور ٣١.
(٤) المرجع السابق ص ١٨.
(٥) المرجع السابق ص ١٩.

قال رسول الله ﷺ «لو أن لابن آدم وادياً من ذهب أحب أن يكون له واديان، ولن يملأ فاه إلا التراب ويتوب الله على من تاب» [1] تأكيداً كريماً لمعنى الزهد والقناعة والرضا بما قسم الله لنا من الرزق والعطاء.

وفى ذلك رد على النزعات المادية البغيضة التى تقدس المال وتقتل صاحبها فى التكالب على جمع المال وكنزه وتحويل الانسان الى عبد رقيق للمال ونسيان القيم الروحية والانسانية السامية والرفيعة.

وفى فضل الصدق مع الناس ومع الذات يقول الله تعالى **﴿يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وكونوا مع الصادقين﴾** [2]. قال تعالى : **﴿والصادقين والصادقات﴾** [3].
قال رسول الله ﷺ «ان الصدق يهدى الى البر وان البر يهدى الى الجنة، وأن الرجل ليصدق حتى يكتب عند الله صديقاً، وأن الكذب يهدى الى الفجور، وأن الفجور يهدى الى النار، وأن الرجل ليكذب حتى يكتب عند الله كذاباً» متفق عليه [4]. ولو تمسك الناس فى عصرنا الحاضر بهذا الهدى الإسلامى العظيم لما ظهرت حالات «السيكوباتية» التى يعانى منها المجتمع الآن.

قال رسول الله ﷺ : «دع ما يريبك الى ما لا يريبك فإن الصدق طمأنينة والكذب ريبة» رواه الترمذى وقال حديث صحيح [5]. قال تعالى **﴿إن ربك لبالمرصاد﴾** [6].

واعتقاد المسلم بأن هناك قوة إلهية تراقبه وترصد سلوكه يجعله حريصاً على الاتيان بالفضائل، قال تعالى **﴿يعلم خائنة الأعين وما تخفى الصدور﴾** [7]

---

(١) المرجع السابق ص ٢٧.
(٢) التوبة ١١٩.
(٣) الأحزاب ٣٥.
(٤) المرجع السابق ص ٣٩.
(٥) المرجع لسابق ص ٣٩.
(٦) الفجر (١٤).
(٧) عافر ١٥١.

فالاعتقاد بعلم الله ببواطن الأمور وظواهرها يمنع الانسان من أن تمتلئ نفسه بالأحقاد. قال تعالى : **﴿ومن يتق الله يجعل له مخرجاً ويرزقه من حيث لا يحتسب﴾** [(1)] قال رسول الله ﷺ «اللهم إنى أسألك الهدى والتقى والعفاف والغنى» رواه مسلم [(2)]. ولا شك أن الغنى الحقيقى هو غنى النفس ولذلك نلاحظ أن توفر الثراء لا يكفل التمتع بالصحة العقلية وحده والدليل على ذلك انتشار الأمراض النفسية والعقلية بين الطبقات العليا.

توفر المادة لا يحل مشكلة الانسان المعاصر لأنه فقد الروابط الروحية وجرفته التيارات المادية وحب المال والتنافس والتباهى وحب البذخ والاسراف والتظاهر والتعالى والتفرغ.

وفى فضل اليقين والتوكل وأثرهما النفسى والأخلاقى والروحى يقول تعالى : **﴿توكل على الحى الذى لا يموت﴾** [(3)]. قال تعالى **﴿وعلى الله فليتوكل المؤمنون﴾** [(4)] قال تعالى **﴿وعلى الله فليتوكل المؤمنون﴾** [(5)]. قال تعالى **﴿فإذا عزمت فتوكل على الله﴾** [(6)]. قال تعالى **﴿ومن يتوكل على الله فهو حسبه﴾** [(7)].

ومن الناحية السيكولوجية التوكل على الله يريح الانسان من البقاء فى حالة صراع تتجاذبه الأهداف المتعارضة فيشعر بالحيرة والألم. أما التوكل ففيه راحة واستقرار.

ويدعو الاسلام الى أداء الأمانة، قال تعالى **﴿إن الله يأمركم أن تؤدوا الأمانات**

---

(1) الطلاق ٢.
(2) المرجع السابق ص ٤٦.
(3) الأحزاب ٢٢.
(4) الفرقان ٥٨.
(5) آل عمران ١٥٩.
(6) ال عمران ١٢٢.
(7) النساء ٥٨.

الى أهلها﴾ [1] . قال رسول الله ﷺ : «**آية المنافق ثلاث إذا حدث كذب وإذا وعد أخلف، وإذا أؤتمن خان**» متفق عليه [2]. ولا شك أن الانسان إذا توخى القيم الأخلاقية النابعة من إسلامنا الحنيف مع نفسه ومع من يتعامل معهم شب سوياً هو وغيره.

ويدعونا الاسلام الى الاصلاح بين الناس وفض المنازعات وإنهاء الخصومات ليعود الوئام والانسجام والتوحد والتماسك الى حظيرة المجتمع وفى هذا المعنى البليغ : قال تعالى : ﴿**والصلح خير**﴾ [3] . قال تعالى ﴿**فإتقوا الله وأصلحوا ذات بينكم**﴾ [4] ، قال تعالى ﴿**إنما المؤمنون أخوة فأصلحوا بين أخويكم**﴾ [5] . قال تعالى ﴿**لا خير فى كثير من نجواهم إلا من أمر بصدقة أو معروف أو إصلاح بين الناس**﴾ [6] .

ولذلك الإسلام يعد دعوة نحو السلم والسلام والإصلاح بين الناس والتعايش السلمى والتعاون والإخاء ونبذ الحروب والمشاحنات والخصومات والعداوات والأحقاد والأطماع سواء بين الأفراد أو بين الدول.

ويحض الإسلام على تحريم العقوق وقطيعة الرحم قال الله تعالى ﴿**فهل عسيتم أن توليتم أن تفسدوا فى الأرض وتقطعوا أرحامكم، أولئك الذين لعنهم الله فأصمهم وأعمى أبصارهم**﴾ [7] . قال تعالى : ﴿**وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحساناً إما يبلغن عندك الكبر أحدهما أو كلاهما فلا تقل لهما أف ولا تنهرهما وقل لهما قولاً كريماً، واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب**

---

(١) النساء ٥٨.

(٢) المرجع السابق ص ٦٥.

(٣) النساء ١٢٨.

(٤) الانفال ١.

(٥) نفس المرجع السابق ص ١١٠.

(٦) النساء ١١٤.

(٧) محمد ٢٢ – ٢٣.

ارحمهما كما ربياني صغيرا﴾ [1].

ويمثل هذا الهدى القرآني العظيم دستوراً عظيماً للأسرة المسلمة والحفاظ على صلة الأرحام وإحترام الوالدين وإعطائهما حقهما المقدس.

قال رسول الله ﷺ «من الكبائر شتم الرجل والديه، قالوا : يا رسول الله وهل يشتم الرجل والديه ؟ قال : نعم، يسب أبا الرجل، فيسب آباه ويسب أمه فيسب أمه» متفق عليه [2]. قال رسول الل ﷺ «لا يدخل الجنة قاطع» قال سفيان في روايته : «يعني قاطع رحم» متفق عليه [3]. فللإسلام فضل السبق في وضع أسس وقواعد بناء الأسرة المسلمة السوية قبل أن يهتدى الى ذلك علم النفس الحديث في أحد فروعه الحديثة وهو «علم النفس الأسرى» [4]. شتان بين هذا الهدى الإسلامي العظيم وبين ما نشاهده اليوم من جرائم الإعتداء على الأقارب بما فيهم الآباء والأمهات.

ويحث الإسلام على الخوف من الله تعالى ومن عقاب الآخرة حتى يستقيم سلوك الانسان في هذه الحياة الدنيا الحاضرة. قال تعالى **﴿وإياى فارهبون﴾** [5]، قال تعالى **﴿إن بطش ربك لشديد﴾** [6]. قال تعالى **﴿ولمن خاف مقام ربه جنتان﴾** [7].

وعلى كل فمن الناحية الفلسفية يمتاز منهج الاسلام في التوجيه والارشاد والتعوية والتربية والتنشئة بالتوازن والجمع بين الترغيب والترهيب.

---

(١) الإسراء ٢٣.
(٢) المرجع السابق ص ١٣٨.
(٣) المرجع السابق ص ١٣٨.
(٤) عبد الرحمن العيسوى، علم النفس الأسرى، دار النهضة العربية، بيروت، ودار المعرفة الجامعية، بالاسكندرية، ١٩٩٥.
(٥) البقرة ٤٠.
(٦) البروج ١٢.
(٧) الرحمن ٤٦.

قال تعالى فى الأمل والرجاء والثقة: ﴿**قل يا عبادى الذين أسرفوا على أنفسهم لا تقنطوا من رحمة الله إن الله يغفر الذنوب جميعاً أنه هو الغفور الرحيم**﴾ [١].

ومبدأ المغفرة من المبادئ العلاجية من ناحية الصحة النفسية لأن ايمان الانسان بأن الله سوف يغفر له ذنوبه يجعله يتمتع بالصحة. قال تعالى ﴿**ورحمتى وسعت كل شئ**﴾ [٢]، قال رسول الله ﷺ «من جاء بالحسنة فله عشر أمثالها وأزيد ومن جاء بالسيئة فجزاء سيئة مثلها أو أغفر ومن تقترب منى شبرا تقربت منه ذراعاً، ومن تقرب منى ذراعاً تقربيت منه باعا ومن أتانى يمشى أتيته هروله ومن لقينى بقراب الأرض خطيئة لا يشرك بى شئاً لقيته بمثلها مغفرة» [٣].

هذه المبادئ السامية تفتح أبواب الأمل والرجاء أمام المسلم ولا تدفعه للاستسلام أو القنوط أو اليأس والاستمرار فى الشرور والخطايا.

ويدعونا الاسلام لتحريم الكبر والعجب. وفى هذ المعنى البليغ يقول الله تعالى ﴿**ولا تمشى فى الأرض مرحا**﴾ [٤]، قال تعالى ﴿**ولا تصعر خدك للناس ولا تمشى فى الأرض مرحاً أن الله لا يحب كل مختال فخور**﴾ [٥].

الدعوة للتواضع تؤدى الى التمتع بالسواء النفسى والصحة النفسية. قال رسول الله ﷺ «لا يدخل الجنة من كان فى قلبه مثقال ذرة من كبر، فقال رجل : إن الرجل يحب أن يكون ثوبه حسناً وفعله حسنة قال : إن الله جميل يحب الجمال» رواه مسلم [٦].

التكبر والتعالى من السمات الذميمة ويعبر عنها فى علم النفس «بتضخم الأنا» لدى الفرد والشعور بالغرور.

---

(١) الزمر ٥٣.
(٢) الأعراف ١٥٦.
(٣) المرجع السابق ١٦٤.
(٤) الإسراء ٣٧.
(٥) لقمان ١٨.
(٦) المرجع السابق ص ٢٢٥.

وفى الدعوة الى حسن الخلق قال تعالى ﴿**وإنك لعلى خلق عظيم**﴾ [1] . قال تعالى ﴿**والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس**﴾ [2] ، قال رسول الله ﷺ ما من شئ أثقل فى ميزان العبد المؤمن يوم القيامة من حسن الخلق وان الله يبغض الفاحش البذئ» رواه الترمذى وقال حديث صحيح.

ومعروف فى اطار الفكر السيكولوجى الحديث أن الغضب من الانفعالات السلبية التى تضر بصاحبها وتسبب له الأمراض «السيكوسوماتية» كالذبحة الصدرية. ولذلك يدعونا الاسلام الى التحلى بالحلم والرفق ونبذ الغضب والعنف. قال تعالى ﴿**خذ العفو وأمر بالعرف واعرض عن الجاهلين**﴾ [3] . قال تعالى ﴿**ولا تستوى الحسنة ولا السيئة ادفع بالتى هى أحسن، فإذا الذى بينك وبينه عداوة كأنه ولى حميم، وما يلقاها الا الذين صبروا وما يلقاها الا ذو حظ عظيم**﴾ [4] . قال تعالى ﴿**ولمن صبر وغفران ذلك لمن عزم الأمور**﴾ [5] .

قال رسول الله ﷺ لاشبح عبد القيس «ان فيك خصلتين يحبهما الله : الحلم والأناة» رواه مسلم [6] . قال رسول الله ﷺ «إن الله رفيق يحب الرفق فى الأمر كله» متفق عليه. قال رسول الله ﷺ «ان الله رفيق يحب الرفق ويعطى على الرفق ما لا يعطى على العنف وما لا يعطى على سواه» رواه مسلم.

وفى فضل الرفق قال رسول الله ﷺ «إن الرفق لا يكون فى شئ إلا زانه ولا ينزع من شئ إلا شانه» رواه مسلم. وقال كذلك «من يحرم الرفق يحرم الخير كله» رواه مسلم. وعن أبى هريرة أن رجلا قال للنبى ﷺ أوصنى قال : لا تغضب فردد مرارا قال : لا تغضب» رواه البخارى [7] .

---

(١) القلم ٤ .
(٢) آل عمران ١١٤ .
(٣) الأعراف ١٩٩ .
(٤) فصلت ٣٤ .
(٥) الشورى ٤٣ .
(٦) المرجع السابق ص ٢٢٩ .
(٧) المرجع السابق ص ٢٣٠ .

ولنعرج بالقارئ الكريم الى الإشارة الى الطب الوقائى فى الإسلام وأساليب المحافظة على صحة المسلم وذلك مقارنة بالفكر العلاجى الحديث كما حدده علم النفس الحديث وذلك بقصد احكام الفهم وزيادة الفائدة إن شاء الله تعالى.

الفصل الثالث

* الطب النفسى الوقائى فى الإسلام.
* العلاج النفسى فى الفكر الغربى المعاصر.
* مفهوم العلاج النفسى.
* أسباب الأمراض النفسية والعقلية والسيكوسوماتية «النفسجسمية».



الطب النفسى الوقائى
فى الإسلام

المتأمل فى التراث الإسلامى الخالد يلمس أن هذا التراث حافل بما نطلق عليه بلغة العصر أساليب الطب الوقائى والذى يستهدف توفير وسائل الوقاية وحماية الناس من الإصابة بالأمراض وتزويدهم بالوعى الصحى والاستشارة الطبية لتحاشى المرض والاعتلال والضعف العام وانتقال العدوى والجراثيم.

ويمتلئ تراثنا الإسلامى بالثقافة الطبية الشاملة فعلى سبيل المثال لا الحصر يميز التراث الإسلامى بين نوعين من الأمراض هما :

أ – مرض القلب.

ب – مرض الأبدان.

ويقابل النوع الأول الأمراض النفسية والعقلية والأمراض العقائدية والفكرية والتى تتعلق بالانحراف عن طريق الإيمان السوى وينقسم مرض القلوب هذا الى نوعين هما :

أ – مرض الشك والشبهة.

ب – مرض الشهوة والغى.

ويتمثل مرض الشكوك والشبهات فى الشك والكفر فيما خبر به القرآن الكريم. أما مرض الشهوة فيشير الى شهوة الزنا.

والأمراض البدنية فمراعاة لأصحابها يمنحهم الإسلام كثيراً من الرخص كما هو الحال فى الحج وفى الصوم والوضوء.

وهناك ثلاثة قواعد تحكم طب الأبدان لحفظ الصحة وهى :

أ – حفظ الصحة.

ب - الحمية عن المؤذى أو البعد عن مصادر الأذى.

جـ - استفراغ المواد الفاسدة من داخل الجسد.

فلنحفظ صحة المسلم من حالة المرض أبيح له الإفطار لعذر المرض وكذلك للمسافر حفاظاً على على صحته وقوته حتى لا يهدمها الصوم فى حالة السفر حيث يؤدى الصوم مع عناء السفر وحركته الى ضعف القوة وخورها. كذلك أباح الاسلام أن يحلق المسلم رأسه فى الاحرام اذا كان بها أذى وذلك لاستفراغ مادة الأبخرة الرديئة التى أوجبت له الأذى فى رأسه باحتقانها تحت الشعر فإذا حلق رأسه تفتحت المسام فخرجت تلك الأبخرة منها. ويقاس على هذا الاستفراغ كل استفراغ قد يؤدى احتباسه الى أذى المريض. وللعلم مازال استفراغ الدم يستخدم كعلاج حتى الآن فى حالات نشوء ارتفاع ضغط الدم فى المريض من جراء زيادة كميات الدم التى تتدفق فى أوعيته الدموية.

ويحدد التراث الإسلامى الأشياء التى يؤدى احتباسها الى الأذى بعشرة أشياء هى :

١ - الدم إذا هاج.
٢ - المنى إذا تتابع.
٣ - البول.
٤ - الغائط.
٥ - الريح.
٦ - القىء.
٧ - العطاس.
٨ - النوم.
٩ - الجوع.
١٠ - العطش.

يضاف الى هذه المواد الأبخرة التى قد تحتقن فى الرأس ومازال من الضرورى تخليص الجسم من هذه المواد.

فقد أرشد الله تعالى عباده الى أصول الطب ومجمع قواعدة.

ولا شك أن إصلاح القلوب أن تكون عارفة بربها وفاطرها، وبأسمائه وصفاته، وأفعاله وأحكامه، وأن تكون لمرضاته ومحابته، متجنبة لمناهيه ومساخطه. ولا صحة لها ولا حياة البتة إلا بذلك، ولا سبيل الى تلقيه إلا من جهة الرسل. وما يظن من حصول صحة القلب بدون اتباعهم فغلط ممن يظن ذلك [١].

واتباع هذا الهدى الإسلامى المبارك فيه حماية للفرد من الوقوع فى براثن الجريمة والانحراف أو المرض النفسى والضياع. وتؤكد الدراسات الميدانية الحديثة هذه الحقيقة. ويمكن التمييز بين نوعين أيضاً من طب الأبدان هما :

١ - نوع فطر الله عليه الحيوان ناطقه وبهيمه فهذا لا يحتاج فيه الى معالجة طبيب كطب الجوع والعطش والرد والتعب بأضدادها وما يزينها. ويصدق هنا قولنا أن الإنسان طبيب نفسه حين يتبع القواعد الطبيعية فى مأكله ومشربه ولباسه فيحمى نفسه من الإصابة من كثير من الأمراض. ذلك لأن المعدة بيت الداء ومن ذلك ممارسة الرياضة البدنية.

٢ - الطب الثانى يحتاج الى فكر وتأمل كدفع الأمراض التى تحدث فى مزاج الفرد. ومن التعاليم الطبية الإسلامية أن النظر فى سبب المرض ينبغى أن يقع أولاً ثم فى المرض وأخيراً فى الدواء. فالعلاج الحقيقى هو الذى ينال الأسباب وليس الأعراض فقط.

وفى الطب الإسلامى هناك قاعدة عامة مؤداها تفضيل استعمال الأدوية المفردة على الأدوية المركبة. وهناك قاعدة طبية أخرى فقد اتفق الأطباء على أنه متى أمكن التداوى بالغذاء فلا حاجة الى إستعمال الدواء. وكذلك بالامتناع عن تناول الأغذية الضارة بصحة الفرد. فلا ينبغى للطبيب أن يولع بسقى الأدوية فإن الدواء إذا لم يجد فى البدن داء يحلله وجد داء لا يوافقه أو كانت كمية أزيد مما يحتاج الداء عبث بصحة المريض. ومازالت فكرة الآثار الجانبية للعقاقير ضرورة

---

(١) الطب النبوى، شمس الدين بن قيم الجوزية، دار العلم، بيروت لبنان، ١٤٠٣ هـ.

فى الطب الحديث.

وكلما زاد غذاء الفرد تركيباً كلما احتاج الى استعمال الأدوية المركبة فى علاج علله وأمراضه، ولذلك كان علاج سكان الصحارى والبوادى بالأدوية المفردة فقط، ذلك لأن الأدوية من جنس الأغذية.

وقد يكون للأدوية النفسية أو المعنوية والمستمدة من هدى الأنبياء أثراً أقوى من الأدوية الحسية لأن الهدى الإلهى أبلغ من هدى أكابر الأطباء.

وعن رسول الله ﷺ فى قوله «لكل داء دواء، فإذا أصيب دواء الداء برأ بإذن الله عز وجل» رواه مسلم.

وكان الرسول ﷺ يوصى بالتداوى فقد جاءه ﷺ، الأعراب يسألون : يا رسول الله أنتداوى ؟ قال : نعم يا عباد الله تداووا.

وينبغى أن يوافق الدواء الداء فى الكم والكيفية، فإن زاد فى الكمية أو الكيفية على ما ينبغى نقل البدن الى داء آخر وإن قل فى الكمية أو الكيفية قصر عن تحقيق الشفاء ولم يقدر على مقاومته.

الوقاية من الصداع والصداع النصفى :

قد يكون الصداع وهو ألم فى الرأس كله أو فى نصفه فيسمى شقيقه وان كان فى الرأس كلها سمى بيضة وخوذة وقد يكون فى مقدمة أو مؤخرة الرأس. وإذا إمتلأ الرأس كله بالأبخرة سمى «السدر». أما عن أسباب الصداع فكثيرة ومتنوعة فقد يرجع الى أى من الأسباب الآتية :

١ – من قروح فى المعدة بسبب اتصال العصب من المعدة الى الرأس.
٢ – وجود ريح غليظة فى المعدة فتصعد الى الرأس فتصدعه.
٣ – ورم فى عروق المعدة فيألم الرأس من ألم المعدة.
٤ – امتلاء المعدة بالطعام وبقاء بعضه نيئاً فيصدع الرأس ويثقله.
٥ – يعرض الصداع بعد الجماع لتخلل الجسم فيصل اليه من حر الهواء أزيد من قدرته.

٦ - صداع يحدث بعد حدوث القيء والاستفراغ لغلبة اليبس.
٧ - شدة الحر وسخونة الهواء.
٨ - شدة البرد وتكاثف الأبخرة في الرأس.
٩ - من السهر وحبس النوم.
١٠ - ضغط الرأس وحمل أشياء ثقيلة عليها.
١١ - كثرة الكلام.
١٢ - كثرة الحركة والرياضة المفرطة.
١٣ - ما يحدث من الأعراض النفسانية كالهموم والغموم والأحزان والوساوس والأفكار الرديئة السوداء.
١٤ - شدة الجوع.
١٥ - ما يحدث من ورم في الدماغ.
١٦ - ما يحدث بسبب الحمى.

وينصح بعصب الرأس في حالة الإصابة بالصداع النصفي، وكان القدماء ينصحون لعلاجه بأحد الأمور الآتية :

١ - الاستفراغ.
٢ - تناول الغذاء.
٣ - السكون والدعة.
٤ - الضمادات.
٥ - التبريد.
٦ - التسخين.
٧ - تجنب سماع الأصوات والحركات.
وذلك بحسب نوعه.

ومن المبادئ الإسلامية في التغذية الجمع بين الغذاء الحار والبارد أو الرطب فعن الرسول الكريم ﷺ أنه كان يأكل الرطب بالثقاء لدفع ضرر البارد بالحار، وعلى المسلم أن يمتنع عن تناول الطعام الذي يجلب له المرض أو الذي يزيد من

مرضه إذا كان مريضاً ولذلك جاز التيمم بالصعيد الطيب بدلاً من الماء إذا كان المسلم مريضاً حمية له من ضرر الماء.

ويهتم الإسلام إهتماماً كبيراً بالنواحى النفسية للمرضى، وذلك لعلاجهم بتطبيب نفوسهم وتقوية قلوبهم، فعن الرسول الكريم ﷺ قوله : «إذا دخلتم على المريض ! فنفسوا له فى الأجل فإن ذلك لا يرد شيئاً وهو يطيب نفس المريض» رواه ابن ماجه.

ونحن نعبر عن هذا المعنى فى الوقت الحاضر بضرورة رفع معنويات المريض فنقوى بدنه على دفع العلة أو تخفيفها. وتفريح نفس المريض وتطييب قلبه، وإدخال السعادة الى نفسه له تأثير عجيب كما يقول القدماء.

وهذه من فوائد عيادة المريض وخاصة ممن يحبونه. وفى حالة العلاج يجب أن يتولاه أحذق الأطباء الموجودين.

ومن هدى النبوة التحرز من الأمراض المعدية ومجانبة المرضى بأمراض معدية كتجنب المجذوم لقول الرسول ﷺ : «فر من المجذوم كما تفر من الأسد» البخارى.

ومن الأساليب الإسلامية للوقاية من الإصابة بالأرق والسهاد والفزع الدعاء. فقد شكا خالد الى النبى ﷺ فقال : يار رسول الله ما أنام الليل من الأرق فقال النبى ﷺ : «وإذا أويت الى فراشك فقل : اللهم رب السموات السبع وما أظلت ورب الأرضين وما أقلت ورب الشياطين وما أضلت كن لى جاراً من شر خلقك كلهم جميعاً : أن يفرط على أحد منهم أو يبغى على عز جارك وجل ثناؤك ولا إله غيرك» الترمذى.

وأبلغ إرشاد يوجهه الله تعالى لعباده فى المأكل والمشرب حيث يقول تعالى : ﴿وكلوا واشربوا ولا تسرفوا﴾ لأن ادخال الطعام والشراب لإقامة البدن تعويضاً له عما يحلله أو يفقده من طاقة على ألا يتجاوز حاجة البدن من حيث الكمية والكيفية، وإلا كان إسرافاً وهو مانع للصحة جالب للمرض.

وهنا توكيد لمبدأ التوسط والاعتدال ومراعاة لمبدأ التحلل والاستخلاف. وحفظ

الصحة موقوف على حسن تدبير المطعم والمشرب والملبس والمسكن والهواء والنوم واليقظة والحركة والسكون والمنكح والاستفراغ والاحتباس، فإذا حصلت هذه بصورة معتدلة وملائمة للبدن والبلد والسن والعادة كان ذلك أقرب الى دوام الصحة والعافية. وتمتاز هذه التعاليم بالعمومية والشمول والتنوع.

ويهتم الإسلام برياضة البدن وتعلم الفروسية والبطولة والسباحة والرماية على أن يكون وقت الرياضة بعد انحدار الغذاء وكمال الهضم. والرياضة المعتدلة هى التى تحمر الوجه، ويتندى فيها البدن، وأى عضو كثرت رياضته يقوى. بل إن التعاليم الإسلامية تقتضى بتدريب الحواس على أداء وظائفها فى السمع والكلام والبصر والشم وإلا أصيبت بالعجز. أما ركوب الخيل ورمى النشاب والصراع والمسابقة على الإقدام فرياضة للبدن كله وهى قالعة لأمراض مزمنة كالجذام والاستقاء والقولنج.

ورياضة النفوس تكون بالتعليم والتأدب والفرح والسرور والصبر والثبات والإقدام والسماح وفعل الخير والحب والشجاعة والإحسان. وممارسة هذه الأعمال تجعلها ملكات راسخة فى النفس. ويمثل هذا أبلغ أساليب الإرشاد النفسى بمعناه الحديث.

والصلاة من أعظم الأمور حفظاً للصحة والمحافظة على البدن وإذابة اخلاطه وفضلاته وحفظ صحة الإيمان وسعادة الدنيا والآخرة.

وكذلك الجهاد وما فيه من الحركات الكلية من أعظم أسباب حفظ صحة البدن والقوة وصلابة القلب والبدن ودفع فضلاتها وزوال الهم والغم والنكد والحزن وكذلك الوضوء والاغتسال وكافة الأنشطة الدينية فى الإسلام.

ويمثل الهدى النبوى الشريف فى الجماع أبلغ هدى تحفظ به الصحة وتتم به اللذة وسرور النفس، ويحدد التراث الإسلامى وظائف الجماع فيما يلى :

١ – حفظ النسل ودوام النوع الإنسانى.

٢ – إخراج الماء الذى يضر إحتباسه واحتقانه بجملة البدن.

٣ – قضاء الوطر ونيل اللذة والتمتع بالنعمة.

ويقول ابن القيم الجوزية : «أن فضلاء الأطباء يرون أن الجماع من أحد أسباب حفظ الصحة» وقديماً قال جالينوس : «الغالب على جوهر المنى النار والهواء ومزاجه حار رطب لأن كونه من الدم الصافى. وإذا طال إحتباسه فسد واستحال الى كيفية سمية توجب أمراضاً رديئة وتدفعه الطبيعة إذا كثر عندها من غير جماع».

وقال القدماء على الرجل أن يتعهد نفسه بثلاث :

١ – ألا يدع المشى حتى اذا احتاجه فى يوم ما قدر عليه.
٢ – ألا يدع الأكل حتى لا تضيق الأمعاء.
٣ – ألا يدع الجماع فإن البئر إذا لم تنزح ذهب أو جف ماؤها.

وفى هذا الصدد يقال من ترك الجماع مدة طويلة ضعفت قوى أعصابه واستد مجاريها وتقلص ذكره. وقيل أن جماعة تركته تقشفاً بلا سبب وقلت شهواتهم وهضمهم.

ومن منافع الإشباع الحلال، فى الجماع غض البصر وكف النفس والعفة عن الحرام. وهو ينفع المرأة كما ينفع الرجل.

وكان الرسول الكريم ﷺ يرى أن أحب ما فى الدنيا النساء والطيب، وكان عليه الصلاة والسلام يدعو أمته للزواج والإشباع الحلال والتناسل والتكاثر «تزوجوا فإنى ماكثر بكم الأمم» وقوله ﷺ : «إنى أتزوج النساء وآكل اللحم وأنام وأصوم وأفطر فمن رغب عن سنتى فليس منى» وقوله ﷺ مخاطباً الشباب : «يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج فإنه أغض للبصر والإسلام يفضل زواج البكر على المرأة الثيب». وقوله ﷺ : «من أراد أن يلقى الله طاهراً مطهراً : فليتزوج الحرائر» وقوله كذلك ﷺ : «لم أرى للمتحابين مثل الزواج» وقوله ﷺ : «الدنيا متاع وخير متاع الدنيا المرأة الصالحة».

وكان الرسول ﷺ يحث المسلمين على الزواج من المرأة الجميلة الحسناء

وصاحبة الدين والأصل والمرأة التى تسرك إذا نظرت إليها وتطيعك إذا أمرتها ولا تخالف زوجها فيما يكره فى نفسها وماله». وقوله ﷺ : «تنكح المرأة لمالها ولحسبها ولجمالها ولدينها فاظفر بذات الدين تربت يداك».

كما كان يحث على نكاح المرأة الولود ويكره المرأة التى لا تلد.

وكان الرسول ﷺ يوصى بأربع أشياء هى :

أ - النكاح.

ب - السواك.

جـ - التعطر.

د - الختان.

وينبغى تقديم ملاعبة المرأة وتقبيلها قبل جماعها وقد نهى عن المواقعة قبل الملاعبة.

ومن العادات الطيبة الإسلامية وجوب الإغتسال بعد الجماع أو الوضوء بين كل جماع لتجديد النشاط وطيب النفس، وإخلاف بعض ما تحلل بالجماع وكمال الطهر والنظافة التى يحبها الله. وأحسن الجماع ما حصل بعد الهضم وعند اعتدال البدن من حيث حره وبرده ورطوبته ويبوسته ولا يجوز عند خلو البدن من الطعام. ولا ينبغى أن يحصل الجماع إلا إذا اشتدت الشهوة وحصل الانتشاء التام الذى ليس عن تكلف أو اصطناع.

ولا ينبغى أن تستدعى شهوة الجماع وتتكلف ويحمل المرء نفسه عليها، ويحذر جماع العجوز والصغيرة التى لا يوطأ مثلها والتى لا شهوة لها والمريضة والقبيحة المنظر والبغيضة فوطء هؤلاء يوهن القوى ويضعف الجماع.

وجماع المرأة البكر أفضل من المرأة الثيب لقول عائشة رضى الله عنها للنبى ﷺ : «أرأيت لو مررت بشجرة قد ارتع فيها وشجرة لم يرتع فيها ففى أيهما كنت ترتع بعيرك ؟ قال فى التى لم يرتع فيها» تريد أن تقول له أنه لم يتزوج بكراً غيرها من النساء.

وجماع المرأة المحبوبة الى النفس يقل إضعافه للبدن على كثرة استفراغه للمنى وعلى العكس من ذلك جماع البغيضة يحل البدن ويوهن القوى مع قلة استفراغه. وجماع المرأة الحائض حرام طبعاً وشرعاً. والأطباء يحذون منه.

وأحسن أشكال الجماع أن يعلو الرجل المرأة مستفرشاً إياها بعد المداعبة والملاعبة فهى فراش له لقول الرسول ﷺ : «الولد للفراش».

وأردأ أشكال الجماع أن تعلو المرأة الرجل وأن يجامعها على ظهره ومن مفاسد هذا النوع أن المنى يتعسر خروجه كله فربما بقى فى العضو منه بقية فيتعفن ويفسد ويضر ويؤدى الى تقلص الأوعية والقنوات المنوية. وربما سال ـ فى هذه الحالة ـ الى الذكر ورطوبات من الفرج والرحم فى هذه الحالة قد لا يتمكن من الاشتمال على الماء وإجتماعه فيه وانضمامه عليه لتخليق الولد، والمرأة مفعول بها طبعاً وشرعاً وإذا خالفت ذلك خالفت الطبع والشرع.

ولا يباح الوطء أو الجماع فى الدبر فعن الرسول ﷺ قوله : «ملعون من أتى المرأة فى دبرها» رواه أبو داود أو قوله ﷺ : «لا تأتوا النساء فى أعجازهن فإن الله لا يستحى من الحق» وقيل فى حق هذه العملية إذا تمت فى الدبر إنها اللوطية الصغرى.

وجاء فى الحديث النبوى الشريف «كفر بالله العظيم عشرة من هذه الأمة :

١ – القاتل.
٢ – الساحر.
٣ – الديوث.
٤ – ناكح المرأة فى دبرها.
٥ – مانع الزكاة.
٦ – ومن وجد سعة فمات ولم يحج.
٧ – شارب الخمر.
٨ – الساعى فى الفتن.
٩ – بائع السلاح من أهل الحرب.

١٠ - ومن نكح ذات محرم منه».

كما جاء فى الحديث النبوى الشريف :

من نكح إمرأته فى دبرها أو رجلاً أو صبياً حشر يوم القيامة وريحه أنتن من الجيفة يتأذى به الناس حتى يدخل النار وأحبط الله أجره ولا يقبل منه صرفاً ولا عدلاً ويدخل فى تابوت من نار ويسد عليه بمسامير من نار.

وقد يكون الجماع من الأمام أو من الخلف وقد يكون والمرأة مطروحة على ظهرها أو منكفئة على وجهها والمهم أن يكون الوطء فى الفرج ذاته وليس فى أى مكان آخر. لأن ذلك يقطع النسل وقد يجرى الى وطء الصبيان فى أدبارهم أيضاً. ووطء المرأة فى دبرها يضيع عليها حقها فى أن يطأها الرجل فى فرجها ولا يحقق مقصدها منه. والدبر لم يخلق لهذا الغرض لأن للفرج خاصية فى اجتذاب الماء من الرجل وليس للدبر هذه الخاصية لمخالفته لناموس الطبيعة. فضلاً عن أنه يحتاج الى حركات تسبب مزيداً من التعب والإرهاق والى جانب ذلك فإنه محل القذر حيث يستقبله الرجل ويلامسه، وهو يسبب الغم والهم والنفور بين الفاعل والمفعول.

والجماع الضار منه شرعاً والضار طبعاً. فالضار شرعاً المحرم كالمحارم وتحريم وطء الحائض. ومنه الضار بكميته كالإكثار من ممارسته، فإنه يسقط القوة ويضر بالعصب ويحدث الرعشة والفالج والتشنج ويضعف البصر وسائر القوى. وينبغى ألا يكون بعد انفعال نفسانى كالغم والهم والحزن وشدة الفرح.

ويفضل أن يكون الجماع بعد هزيع من الليل ثم يغتسل المسلم ويتوضأ عقبه فيرجع اليه قواه. ويحذر الحركة والرياضة عقبه.

العشق أسبابه وعلاجه :

والعشق مرض من أمراض القلب مخالف لسائر الأمراض فى ذاته وفى أسبابه وعلاجه. وإذا تمكن العشق من الفرد عز على الأطباء دواؤه. وأجل المحبة وأعظمها الحب فى الله. أما إذا كانت المحبة لغرض ما فإنها تزول بزوال سببها.

وهناك ما يعرف بإسم محبة الشاكلة حيث يحب المرء من يماثله ويتحد معه وهي محبة لا تزول إلا بعارض يزيلها وبعد ذلك محبة العشق وهي استحسان روحاني وامتزاج نفساني ولا يعرض في شيء من أنواع المحبة من الوسواس والنحول وشغل البال والتلف. وعلاج العشق الوصال بين العاشق والمعشوق إذا كان ذلك ممكناً شرعاً.

فعلاج العشق الأول الزواج وإن لم يتيسر فالصيام. سواء كان الزواج من حرة أو من أمة. وإذا كان الوصال عن طريق الزواج غير ممكن فيكون العلاج عن طريق إشعار نفسه باليأس من الحصول على حبيبته وإذا لم يجد هذا العلاج انتقل الى علاج عقله بأن يقنع نفسه بأن تعلق القلب بما لا أمل في الحصول عليه نوع من الجنون وكأنه يعشق الشمس أو القمر. وقد يكون العلاج في توفير شخص آخر بديل للشخص الأول الذى أصبح الحصول عليه أمراً مستحيلاً وقد يستعين في الخلاص من هذا العشق المستحيل بتذكر قبائح محبوبه وما يدعوه الى النفرة منه وأن هذه القبائح تعد أضعاف محاسنه ويسأل عنه ويجمع معلومات عن مساوئه من معارفه ومن جيرانه لأن المساوئ داعية الى الكراهية والنفور. ولا يكون كمن أغراه جمال جسم أبرص مجذوم وليلجأ الى الله تعالى طالباً منه العون.

وليتذكر قول رسوله الكريم ﷺ : «ومن عشق فعف فمات فهو شهيد» أو قوله ﷺ : «ومن عشق وكتم وعف وصبر غفر الله وأدخله الجنة».

ومن التعاليم الطبية الإسلامية رفع الروح المعنوية بإستعمال الطيب فهو ينفع الدماغ والقلب وسائر الأعضاء الباطنة ويفرح القلب ويسر النفس ويبسط الروح وهو أصدق شيء للروح وكان الرسول عليه الصلاة والسلام يحب الطيب ولا يرده.

ومن مظاهر التربية الصحية في الإسلام الإفادة من تناول البصل ومعرفة فوائده ولكنه كان محرماً عند دخول المساجد. والبصل كما يقولون يدفع ريح السموم ويفقد الشهوة ويقوى المعدة ويهيج الباة ويزيد من المنى ويحسن اللون ويقطع البلغم ويجلو المعدة. وهو يدر البول ويلين الطبع.

وهكذا نلمس كم حرص التراث الإسلامي على توفير النصائح والإرشادات

التى تدخل فى نطاق الوعى الصحى الجيد أو التربية الصحية السوية التى تحفظ على الإنسان المسلم إيمانه وخلقه وصحته ونظافته وكرامته واحترامه وقوته ذلك لأن المؤمن القوى أحب الى الله من المؤمن الضعيف.

فالمسلم لا يأتى بالأعمال المنكرة ولا المؤذية ولا يلقى بنفسه أو بغيره الى التهلكة. وهو مطالب بأن يأكل ويشرب من نعم الله وخيرات الدنيا ولكن بلا إسراف أو إسفاف. فالإشباع فى الإسلام يحاط بالإعتدال والتوسط وبالسياج الخلقى الإيمانى. فالإسلام يسعى لتكوين المواطن المتكامل حيث يعنى بقلبه وضميره وخلقه وجسده معاً.

العلاج النفسى
فى الفكر الغربى المعاصر

مفهوم العلاج النفسى

لقد تطور الطب النفسى تطوراً ملحوظاً وابتكرت مناهج متعددة لعلاج الأمراض النفسية، وأصبح هناك كثير من الأجهزة التى تستخدم فى العلاج، وفى إعادة تعليم المرضى Reconditioning. وفقاً لمبادئ التعلم الشرطى.

أما أقدم هذه الطرق فهى طريقة التحليل النفسى التى ترجع الى فرويد، وإن كانت تستخدم الآن، فإنما تستخدم بعد إدخال كثير من التعديلات عليها، وطريقة العلاج هذه تعتمد على نظريات التحليل النفسى، وعلى الاهتمام بكشف القناع عن أسرار الطفولة المبكرة وخبراتها المنسية والمكبوتة. هذه الخبرات يفترض أصحاب نظرية التحليل النفسى أنها تكمن وراء الأمراض العصابية عند الكبار.

وعن طريق إتباع طرق خاصة يستطيع المحلل أن يجعل المريض يتذكر الخبرات الماضية، وأن يكشف عن تصوراته للعالم، ففى طريقة التداعى الحر يرقد المريض ويسترخى ويذكر للمحلل كل ما يرد الى ذهنه من خواطر وأفكار، على أن يسردها دون مراعاة لأى تسلسل أو منطق أو تناسق فيما بينها. وقد يحلل المعالج أحلام المريض على إعتبار أن العمليات الداخلية اللاشعورية لدى الفرد تكشف عن نفسها فى الأحلام وإن كان هذا الكشف بصورة مقنعة ورمزية Disguised and symbolic form وهكذا يجمع المحلل معلومات عن تاريخ حياة الحالة life history وعن الدنياميات الداخلية، ولكن لا يقوم بدور إيجابى فى أثناء هذه المرحلة من دراسة الحالة التى تنتهى بتكوين فكرة أو نظرية عن هذه الحالة. فهو مجرد مستمع وملاحظ ولكن بعمق شديد.

وفى أثناء عملية العلاج يقيم المريض علاقة معينة مع المحلل، فهو يسقط عليه سمات شخصية ما ذات أهمية فى حياته، فقد يتصوره بديلاً عن الأب أو عن المعلم.

فالمريض يحول انفعالاته تجاه المحلل، وتعرف هذه المرحلة باسم مرحلة التحويل Transference. وعن هذا الطريق يستطيع المحلل أن يعرف الكثير عن علاقات المريض مع المحيطين به. كما أن المريض يستعيد الذكريات والخبرات التى خبرها فى عهد الطفولة مثلاً ولكن الآن بشكل ناضج فيفهمها فهماً موضوعياً ومنطقياً سليماً. ويستطيع المحلل أن يحصل على صورة صادقة عن الأحداث ذات المعنى والدلالة فى حياة المريض، كذلك يفهم عملياته الدفاعية Defence mechanisms وعلاقاته مع الغير وما يتوقعه منهم.

بعد هذا الفهم يبدأ المحلل فى المرحلة الثالثة من العلاج، وهى مرحلة التأويل Interpretation، وفى هذه المرحلة يوضح المريض كيف كان يستجيب للناس وللأحداث، وكيف كان يدرك نفسه، بحيث يرى المريض كل ذلك بطريقة موضوعية واضحة، وبذلك يفهم نفسه بصورة أكثر وضوحاً ويبدأ يعامل مشاعره بطريقة صحية ويقيم علاقات إيجابية طيبة مع الغير، ويبدأ فى السير نحو أهداف إيجابية ومفيدة.

ولكن يلاحظ أن عملية التحليل النفسى عملية مطولة، فقد تستغرق ثلاث سنوات، كذلك فإن العلاج النفسى باهظ التكاليف إذ لا يقوم به إلا اخصائيون على مستويات عليا جداً من الخبرة والتدريب العلمى والمهنى.

وهناك طريقة أخرى من طرق العلاج تعرف بإسم طريقة العلاج الموجه Directive therapy وهى أكثر بساطة من طريقة التحليل النفسى، وتتضمن توجيهاً مباشراً لمشكلات المريض.

ففى هذه الطريقة يحصل السيكولوجى على المعلومات المتعلقة بحياة المريض عن طريق تطبيق الاختبارات التشخيصية والمقابلات، فلا يستخدم التداعى الحر، كذلك فإن العلاقة بين المريض والمعالج لها كل ذلك الوزن الموجود فى طريقة

التحليل النفسى.

وهناك طرق أخرى تسمى طريقة العلاج غير الموجه أو طريقة العلاج المتمركز حول المريض Non-directive or client - centered وتشتق هذه الطريقة من نظرية كارل روجرز Carl Rogers فى الشخصية ومؤدى نظرية روجرز فى الشخصية أن الاضطراب يأتى من فشل المريض فى تكوين مفهوم مقبول عن ذاته. ولذلك يتأتى العلاج عن طريق إعادة الشخص لمفهومه الإيجابى والعملى عن ذاته. وفى هذه الطريقة يتجنب المحلل تأويل أو تفسير دوافع المريض، ومهمة المحلل أن يشعر المريض أنه يفهمه، وأنه يشعر بشعوره، وأنه يرى العالم من زاويته، وأنه يقبل المريض، فالمحلل يشجع المريض، ولكنه لا يرشده حتى يصل الى الحالة الإنفعالية السليمة.

وعلى كل حال يضع روجرز عدة شروط لنجاح عملية العلاج حسب منهجه هذا، ومن أهم هذه الشروط ضرورة وجود اتصال بين المعالج والمريض، يجب أن يكون هناك بعض مشاعر القلق التى عانى منها المريض، وأن يكون هناك فارق كبير بين صورته عن ذاته وبين الخبرات الواقعية التى يمر بها، كما يجب أن يقبل المحلل قبولاً حقيقياً، وعلى المحلل أن ينقل للمريض فهماً عميقاً وكلياً.

وإلى جانب هذه الطريقة هناك طريقة أخرى إبتكرها جورج كيلى George Kelly أطلق عليها طريقة الدور الثابت The Fixed - role therapy وفى هذه الطريقة يطلب من المريض أن يكتب صورة لشخصية تصوره تصويراً كاملاً. وبعد دراسة هذه الشخصية، فإن المحلل يعيد كتابة الاسكتش Sketch وهو عبارة عن دور فى مسرحية، ويشبه الشخصية التى كتبها المريض، ولكن مع وجود بعض التناقضات البارزة.

ويناقش المريض والمحلل معاً هذا الدور، ويتدرب المريض عليه، ويمثله عدة مرات.

والافتراض القائم وراء هذه الطريقة أن المريض سوف يقوم بدور جديد، وعلى ذلك فإنه سوف يغير من سلوكه، وسوف يجد أن بعض هذه التغيرات تعد أحسن

من سلوكه الأول.

وعلى الجملة فإن العلاج النفسى يستهدف تخليص العصابى من الأعراض التى تؤلمه، كما يساعده على حسن التكيف، وعلى الشعور بالسعادة والكفاية، وزيادة تلقائية المرضى وقدرتهم على التعبير عن الذات، والى إعادة تكيف وظائفهم العقلية.

ويمكن تحقيق هذه الأهداف بإتباع أى من الطرق العلاجية التى تزيد من شعور العصابى بإحترام الذات، وشعوره بالأمان، وتخلصه من الانفعالات والدوافع المكبوتة، وأن تزيد من درجة استبصاره بنفسه Insight ومن قبوله لذاته، ومن قدرته على السعى وراء تحقيق الأهداف الإيجابية.

ومن هذه الطرق طريقة التصريف Release therapy وتؤدى الى تخفيف حدة التوتر فى الأطفال المكبوتين، عن طريق التعبير عن مشاكلهم خلال اللعب بالدمى. وهناك طريقة العلاج بالتمثيل Psychodrama وتستخدم مع الكبار حيث يكتسب المريض خلال تمثيل انفعالاته القدرة على فهم دوافعه وهناك طريقة العلاج الجماعى Group therapy حيث يجتمع عدد من العصابيين ويناقشون مشكلاتهم وصعوباتهم بطريقة حرة وطليقة، وعلى المحلل أن يفسر صعوباتهم وهنا يجد كل فرد التشجيع للتعبير عن مشكلاته لأنه ليس هو وحده الذى عانى منها. وبعد تكرار هذه الجلسات، يصبح المرضى أكثر فهماً لمشلاتهم والطرق التى لجأوا اليها لحلها، وكيف أنها كانت حلولاً سيئة Maladiusted وينتج عن هذه الجلسات أن يخرجوا عن عزلتهم وأن يحبوا بعضهم البعض، ويتعلموا معرفة الحقيقة عن ذواتهم، وأن يشاركوا بعضهم البعض مشاركة وجدانية.

ولكن على كل حال العلاج الفردى Individual therapy يعد أكثر فاعلية، حيث يفصح المريض للمحلل عن جميع الأمور ذات الدلالة والمعنى والأثر فى حياته. ويجد المريض كثيراً من الراحة والتخيف عن متاعبه من مجرد سردها لشخص يهتم بحالته، وحيث أن المحلل يستمع الى المريض دون إبداء أى اعتراض

أو توجيه أو إتهام أو إدانة أو رقابة، يكاد المريض لا يحس بالصدمة أو بالقمع أو الكبت. وعلى ذلك فإن المريض لم يعد ليخاف من دوافعه الذاتية التى كان يخافها، وعلى كل حال فإن نجاح المريض فى إقامة علاقة إيجابية مع المحلل يشجعه على أن يقيم علاقات ناجحة أخرى مع أناس آخرين بعد إكتساب الثقة بنفسه.

إن نجاح منهج العلاج ومدته تتوقفان على حالة المريض وعلى شخصيته وعلى خبرة المحلل، ولكن المحلل قد يقوم بتفسير استجابات المريض ومشكلاته، وقد يؤكد له مدى توافقه وسلامة صحته، وقد ينصحه بإتباع حلول أخرى أو طرق أخرى من الأمور المحتملة التى يستطيع أن يقوم بها المريض.

ولقد يرشده نحو القيام ببعض الأعمال التى تجلب له الراحة والنجاح، وقد يدربه على بعض أنماط السلوك الإجتماعى المقبول وقد يعلمه أن ما اكتسبه من خبرات فى جلسات العلاج يمكن أن يطبق فى مجالات الحياة الواقعية، وبذلك تندمج هذه الخبرات وتتكامل مع عناصر شخصيته، وقد يقترح عليه طرقاً تجعل من حياته أكثر غنى وسخاء ومعنى، وفوق كل ذلك تجعلها أكثر ثباتاً، وقد يعمل على طرد مخاوفه بعيداً عن طريق الاشتراط، وقد يعمل على تغيير بيئة المريض وذلك بالتعاون مع أسرته أو بوضعه فى إحدى المستشفيات أو المؤسسات المتخصصة.

ومن بين الطرق التى يستطيع المحلل إتباعها طريقة تداعى المعانى - Word Associatation Method فى هذه الطريقة يطلب المعالج من المريض أن ينطق على الفور بأول كلمة تهبط الى ذهنه عندما يسمع كلمة معينة يقرأها عليه المعالج من قائمة مقننة من الكلمات ذات المعنى والدلالة بالنسبة للمحلل. ويسجل المعالج استجابات المريض لكل كلمة من الكلمات، كذلك فإنه يسجل الزمن المستغرق بين قراءة الكلمة واستجابة المريض. ثم يبحث فى المادة التى حصل عليها وعن زمن الرجع Reaction time الطويل جداً والقصير جداً، ثم يفحص الاستجابات اللاإرادية التى ظهرت على المريض أثناء الاستجابة،

والكلمات التى لم يستجب لها المفحوص على الإطلاق، والكلمات التى استجاب لها المفحوص بترديد كلمة سبق له أن قالها والكلمات التى لم يفهمها المفحوص ثم الكلمات التى استجاب بترديدها هى نفسها. وبواسطة تحليل هذه الاستجابات يستطيع المعالج أن يعد قائمة أخرى جديدة تتناول الاستجابات المضطربة بعد تطبيقها على المريض، وبذلك يستطيع المعالج أن يضع يديه على مفاتيح المشكلة. وفى الغالب ما ترجع الدوافع المكبوتة الى رغبات أو حاجات أو ذكريات قوبلت بمعارضة الأبوين أو الكبار عامة منذ عهد الطفولة.

أسباب الأمراض النفسية والعقلية والسيكوسوماتية (النفسجسمية)

حيرة الإنسان :

منذ أقدم العصور والعلماء والمفكرون، وكذلك الرجل العادى، يفكرون فى الأسباب التى تؤدى الى الإصابة بالأمراض النفسية أو العقلية. فقد لاحظ الإنسان على أخيه الإنسان، منذ عصور ضاربة فى أعماق التاريخ، أنه يصاب بالخبل والهبل أو الجنون أو البلاهة أو العته، وأنه يصاب بالحزن أو القلق أو الغضب. وتخبط الإنسان الأول، فى سعيه الموصول من أجل تفسير هذه الظاهرة الغامضة ظاهرة المرض الذى يذهب بعقله أو فكره.

دور الخرافة :

وكالشأن فى شتى الظواهر الغامضة التى استعصى عليه تفسيرها، أرجعها الإنسان الى الخرافة. فأسند المرض العقلى أو النفسى كما نسميها اليوم، الى مس من الجن، أو الى تلبس الجن والشياطين لجسد الإنسان، أو سيطرة الأرواح الشريرة عليه.

وفسر إعتداءها عليه برغبتها فى تحقيق بعض المطالب، من بينها إرتداء الملابس البيضاء الفضاضة، أو الألوان الزاهية، أو المأكولات الشهية والنادرة.... إلخ.

ومن الغريب أننا مازلنا نشهد رواسب هذا النمط من التفكير والسلوك فى حفلات الزار. ومحاولات التطبيب عن طريق المشعوذين والدجالين ومحترفى النصب، والاحتيال وأدعياء «الطب الروحانى»، ومن المؤسف أن التعليم فى بلادنا لم ينجح فى تبديد ظلام الخرافة ولم يحرر عقول الشباب من براثن الشعوذة.

هل أثر التعليم فى تبديد ظلام الخرافة ؟ :

ومن المدهش أيضاً أننا رغم ما أحرزته اليوم العلوم الطبية الحديثة من انتصارات مذهلة واكتشافات رائعة، وعلى الرغم من انتشار نور العلم والتعليم، إلا أن كثيراً من الدراسات الميدانية التى تناولت الشباب العربى وجدت وللأسف الشديد أن التعليم العالى أو العام، بصورته الراهنة، لا يبدد ظلام الخرافة من أذهان الشباب، بل دلت الدراسات العربية أن العلم يوجد جنباً الى جنب مع الخرافة فى ذهن المتعلم وفى سلوكه. ومن ذلك ما يقرره شاب جامعى مصاب بالصرع من أنه ذهب الى إمرأة تحترف الشعوذة وكانت تعمل خادمة فى أحد منازل الأثرياء. فكلفته بأن يحضر لها أرنباً ملوناً، ولما أحضره إياها أخذته وذبحته فوق رأس الشاب وفوق ملابسه فلطختها بالدماء واستمرت على هذا النحو سنوات مع استبدال الأرنب بالديكة والبط والأوز وغيرها من المأكولات.

أهمية معرفة الأسباب الحقيقية :

من أجل ذلك كانت معرفة الأسباب التى تؤدى الى إصابة إنسان العصر بالأمراض النفسية والعقلية من الأهمية بمكان، لا لرجال الطب وحسب، وإنما للرجل العادى أيضاً، وذلك بغية أن يتحاشى تلك الأسباب، ويتجنب الوقوع فى المواقع والظروف التى تؤدى الى إصابته أو إصابة ذويه بأى من تلك الأمراض، والمعروف، بطبيعة الحال أن الوقاية خير من العلاج.

ومن حسن الحظ أنه بات من المقطوع به الآن فى محيط العلم أن الأمراض النفسية والعقلية لا يمكن أن ترجع الى عوامل خرافية مثل السحر أو الشعوذة أو تلبس الشياطين فى جسد الإنسان أو غضب الأرواح الشريرة وما الى ذلك.

سمات العلاج الحديث :

وبالتالى لم يعد مقبولاً، فى الأوساط العلمية، فى عهد الاستنارة العلمية المعاصرة، أن يدخل ضمن مناهج علاج الاضطرابات النفسية أو العقلية أى من هذه الأسباب والوسائل الخرافية، وإنما أصبح العلاج قائماً على أسس ودعائم

علمية وتجريبية محضة، بل أصبح من المحظور أن يستخدم أى معالج نفسى أى منهج قبل أن يثبت بالدليل التجريبى القاطع صحته وجدواه، بل والأهم من ذلك أن مناهج العلاج أصبحت تتسم، بالضرورة، بالطابع الإنسانى والخلقى فى معالجة المريض. ومن ثم لم يعد مقبولاً إهانته أو إيذائه أو تحقيره أو النيل من كرامته وبات العلاجة النفسى، كأى عمل من الأعمال الطبية، يخضع لأخلاقيات ومعايير خلقية، لابد وأن يتسم بها المعالج فى علاقته مع المريض، تلك العلاقة التى يتعين أن تتصف بالدفء والتعاطف والود والاحترام المتبادل والثقة والإنسانية، والرغبة المتبادلة فى الشفاء.

ومن بين السمات العلمية للعلاج اليوم، وخاصة فى المستشفيات والعيادات الكبرى أنه أصبح يقوم به فريق من الأطباء والإخصائيين النفسيين والاجتماعيين، ولم تعد مهمة العلاج مقصورة أو محصورة فى يد إخصائى واحد بعينه. وذلك ضماناً للوصول بالعلاج الى أقصى درجات الكفاءة والدقة، وتحقيقاً للنظرة العامة الشمولية للحالة المرضية، ومن خلال هذا العمل الإنسانى التعاونى ينظر للمريض من كافة الزوايا والجوانب التى قد تؤثر فى مجرى حياته، وفوق كل هذا لرجال الدين والوعظ والإرشاد دور هام فى عودة المريض الى حظيرة الإيمان، ومن ثم الشعور بالراحة والسكينة والشفاء.

الإنسان وحدة متفاعلة متكاملة :

ولقد كان من بين المفاهيم الخاطئة التى اعتقد الإنسان البدائى فى صحتها أن النفس كائن مستقل عن الجسم، ولقد تبدد هذا المفهوم وأصبح ينظر للإنسان على أنه وحدة جسمية نفسية عقلية إجتماعية روحية خلقية. وأن هذه الوحدة بكافة عناصرها متفاعلة متكاملة، أى يؤثر كل منها فى الآخر ويتأثر به.

التمييز بين الأمراض العضوية والوظيفية :

وفى معرض سعى الإنسان للتعرف على الأساليب التى تؤدى الى إصابته بالأمراض النفسية والعقلية، استطاع أن يميز بين نوعين من الاضطرابات :

النوع الأول : هو ما أطلق عليه الاضطرابات العضوية، وهى ترجع فى أسبابها الى خلل عضوى فى جسم الانسان، أو فى جهازه العصبى، أو الغدى.

والنوع الثانى : هو الاضطرابات الوظيفية أى التى لا يعرف لها سبب عضوى محدد، ولذلك ترجع الى عوامل الضغوط والصراعات النفسية والاجتماعية.

تعدد الإتجاهات والمدارس :

ولا شك أن معرفة الأسباب المؤدية للأمراض النفسية والعقلية مسألة بالغة الأهمية، ولا سيما فى عصر تزداد فيه هذه الأمراض تفاقماً وانتشاراً، ولذلك فليس غريباً أن يمتلئ التراث السيكولوجى بالعديد من الفروض والاتجاهات والمدارس التى تفسر هذه الأمراض، والتى حاد بعضها عن جادة الحقيقة حين وضع سبباً واحداً وإعتبره السبب الحقيقى الوحيد لتفسير تلك الأمراض، كالعامل الوراثى أو العضوى أو النفسى. فهناك من يرجع هذه الأمراض الى :

١ - العوامل الوراثية.
٢ - العوامل الإجتماعية أو الحضارية أو الثقافية.
٣ - العوامل الأسرية.
٤ - العوامل النفسية.
٥ - العوامل البيوفسيولوجية أى العوامل الحيوية والفسيولوجية أى التى ترجع الى علم وظائف الأعضاء.

ولقد أدى البحث فى هذه القضية الى انقسام العلماء الى معسكرين رئيسيين : معسكر يؤيد الوراثة ويزعم أن الاستعدادات المرضية تنتقل من الآباء والأجداد عبر الجينات Genes أى ناقلات الوراثة التى تنتقل من الآباء والأجداد الى الذرية والى الفرد. وحجتهم فى ذلك ما لاحظوه من تشابه فى هذه الأمراض بين الآباء والأبناء ثم الأقارب عامة.

وإذا كان هناك فريق من العلماء ينكرون أثر الوراثة إلا أنه من المقطوع به أنها تؤثر فى صفات أساسية فى الشخصية مثل طول القامة والوزن ولون البشرة ولون

العينين وشكل الشعر.

أما دعاة البيئة فيذهبون الى القول بأن الأمراض النفسية والعقلية ترجع الى عوامل بيئية، من بينها ما يلقاه الفرد منذ نعومة أظافره، من فشل وإحباط وحرمان لإشباع حاجاته المادية والنفسية والاجتماعية، وما يتعرض له من مواقف الصراع الدامى والمنافسة الشديدة، والقسوة والعنف والعقاب. ويركز هذا الاتجاه على خبرات الطفولة المبكرة، ذلك لأن جذور الشخصية الأولى توضع خلال هذه الفترة، ولذلك تترك خبرات الطفولة بصماتها على بقية مراحل العمر، ويرى أصحاب هذا الاتجاه أن لأسلوب معاملة الأسرة للطفل دوراً كبيراً فى مدى تمتعه بالصحة النفسية والعقلية والتكيف النفسى، أو إصابته بالأمراض والعقد. ولقد دلت بحوث ميدانية كثيرة عن أن الطفل إذا تعرض للنبذ والطرد وعدم القبول من قبل الآباء، وإذا تلقى مزيداً من القسوة والعنف والصد والزجر فى المعاملة، وإذا تعرض للإهمال والحرمان من العطف والحب والدفء، والحنان، شب مريضاً نفسياً أو عقلياً.

الإتجاه المتعدد العوامل فى تفسير الأمراض النفسية :

والواقع أن كلا الاتجاهين يجنح الى المغالاة والتطرف، ولقد كشفت الدراسات الحديثة أن الاتجاه المقبول فى تفسير Etiology الأمراض النفسية والعقلية وهو ما يعرف بإسم الاتجاه المتعدد العوامل، ومؤداه أن المرض النفسى لا يرجع الى عامل واحد بعينه، وراثياً كان أم بيئياً، وإنما يرجع الى تضافر مجموعة من العوامل النفسية والاجتماعية والوراثية أوالكيميائية أو الخبرات الولادية التى يتعرض لها الطفل حال ولادته الصعبة. وإلى تفاعل هذه العوامل بعضها بعضاً.

الحقيقة الدامغة عن التفاعل :

ومؤدى هذا الاتجاه أن العوامل الوراثية تؤثر وتتأثر بالعوامل البيئية. ومن أظهر وأحدث ما كشفت عنه الدراسات أن الإشعاع النووى أو الغبار النووى يؤثر فى الجينات وهى عامل وراثى. بل إن الإنسان لا يسقط صريع المرض بين لحظة وأخرى، وإنما يلزم لتضافر العوامل الوراثية والبيئية فترة من الامتداد الزمنى فى

عمر الإنسان، بحيث يتعرض للضغوط، وتظل قواه الطبيعية تقاوم هذه الضغوط على امتداد زمنى معين، وإما أن تنجح قوى المقاومة عنده فى صد هذا الهجوم، وإما تنهار ويحدث المرض.

لماذا التركيز على العوامل البيئية ؟

وإذا كنا على القليل فى الوقت الحاضر، لا نستطيع أن نتحكم فى العوامل الوراثية، فإننا جميعاً مدعوون للاهتمام بالعوامل البيئية، تلك التى يمكن التحكم فيها والسيطرة عليها وتعديلها وتغييرها الى الأفضل دائماً. ولذلك فإن الآباء والأمهات والمعلمون والكبار عامة مطالبون بأن يجنبوا أطفالنا الصراعات الحادة والانفعالات ومشاعر الحرمان والإحباط والفشل والعدوان وبدلاً من ذلك، لكى يشبوا أصحاء لابد من تمتعهم بالحب والعطف والحنان والدفء والإشباع المعقول لحاجاتهم حتى نخلق جيلاً عربياً قوياً مؤمناً بربه ووطنه وعروبته. وللأيمان الدينى قيمته العظيمة فى التمتع بالصحة العقلية والنفسية والخلقية.

والتراث الإسلامى حافل بكل ما يكفل للانسان التمتع بالصحة النفسية الجيدة سواء ما كان من ذلك من قبيل العلاج أو الوقاية، ولذلك نشير فى السطور القادمة الى خصائص العلاج النفسى فى إطار التراث الإسلامى الخالد. ذلك العلاج الذى يتسم بالروحانية وبالإيمان وبالأخلاق والقيم الإنسانية والنبيلة تلك السمات والخصائص التى تتوفر فى المعالج المسلم. وسوف يرى القارئ الكريم أن لإسلامنا الحنيف فضل السبق فى إدراك كثير من القيم والأساليب والمناهج والمبادئ التى تكفل الشفاء.

الفصل الرابع

* خصائص العلاج النفسى الإسلامى.
* مجالات علم النفس.
* معالم علم النفس الإسلامى.
* العلاج النفسى في التصور الإسلامى.
* سمة الإيجابية فى الشخصية الإسلامية.
* مفهوم الشخصية.
* سمات الطبيب النفسى المسلم.
* مدى معرفة أطباء الإسلام بالتحليل النفسى.
* خاتمة.

مقدمة

نحمد الله أن ظهرت فى هذه الأيام حركات مباركة، يمكن أن نسميها اليقظة الإسلامية الأغر، وبعثه من جديد، وغرسه فى نفوس النشء والشباب العربى والإسلامى، والبحث فى طيات هذا التراث الأصيل واستشكاف دوره ومكنوناته النفسية والقيمة. ومن هذه الحركات المباركة الدعوة الى إدخال الإعجاز العلمى فى القرآن والسنة بمختلف صوره : الإعجاز البلاغى والتاريخى، الكونى والعلمى ضمن المقررات الدراسية. ومن هذه الدعوات الإهتمام بدراسة الجوانب النفسية فى القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة. وفى هذا البحث المتواضع نناقش قضية وجود ما يسمى بعلم النفس الإسلامى، وإن كنت أبادر الى القول بأننى لا أتفق مع من يسعى للوى عنق القرآن الكريم وتحميله فوق طاقته، لأن ذلك يضر بالقرآن أكثر مما ينفعه. فالقرآن الكريم، ولا شك، هو الكتاب المقدس، وهو دستور جامع لحياة المسلم فى الدنيا وفى الآخرة. وهو يحوى القضايا العامة والمبادئ الأساسية التى تفسر الظواهر الكونية والإنسانية. ولكننا يجب أن نفرق بين هذا الدستور الجامع والمقدس وبين أى كتاب فى علم واحد بعينه من العلوم الحديثة. وإن كانت معرفة الإنسان، مهما اتسعت وتعمقت فمردها الى الله تعالى الذى علم الإنسان ما لم يعلم.

وبخصوص وجود ما يمكن أن نسميه بلغة العصر علم النفس، فلا شك أن المتأمل فى القرآن الكريم وفى السنة المشرفة يدرك أنهما، بصفة عامة، خطاب للنفس، أو مخاطبة للنفس البشرية والعقل والقلب والفؤاد.

ولا شك أن لهذه المخاطبة الربانية أعمق الأثر فى نفس الإنسان وحسه ووجدانه وفكره وعقله وفى سلوكه. وسيرى القارئ الكريم من خلال هذا البحث المتواضع أن التراث الإسلامى الحنيف حافل بكثير من المفاهيم الإنسانية ومن الموضوعات التى تندرج تحت اسم علم النفس فى العصر الحديث من ذلك :

١ – مفهوم الطبيعة الإنسانية أو البشرية.
٢ – مفهوم النفس وأنواعها ووظائفها.
٣ – السلوك، أنواعه والغاية منه.
٤ – الشعور.
٥ – الإدراك.
٦ – التفكير.
٧ – الإحساس.
٨ – التأمل والتدبر.
٩ – التعلم.
١٠ – التذكر.
١١ – الخيال.
١٢ – البصر أو الإبصار أو البصيرة.

بل إن المتأمل فى مضمون الآيات القرآنية الكريمة والأحاديث النبوية الشريفة يستطيع أن يستشعر كثيراً من الوظائف النفسية، ومن الموضوعات التى يدعى علماء النفس، فى الوقت الحاضر، ابتكارها، بينما لإسلامنا الحنيف فضل السبق فى التعرف عليها وفى ممارستها، وإن لم تكن قد أعطيت نفس الاصطلاحات أو نفس الأسماء، من ذلك :

١ – العلاج النفسى.
٢ – التوجيه التربوى والنفسى.
٣ – الإرشاد التربوى والنفسى.
٤ – التعليم والتدريب والاحتراف.
٥ – إعلاء الغرائز والدوافع والتسامى بها.
٦ – القوة والاستعداد.
٧ – تربية الطفل.
٨ – تربية المرأة.

٩ – تربية الشباب.

١٠ – تربية الجند.

١١ – تربية القادة والزعماء.

وإذا سلمنا بأن هناك ما يمكن أن نسميه، بحق، علم النفس الإسلامي، فإن هذا العلم يتميز عن علم النفس الحديث بعدة مزايا، إلى جانب السبق التاريخي:

١ – من ذلك أنه علم روحاني، في مقابل علم النفس المادي المعاصر، فهو لا يقدس المادة، ولا يربي أبناءه على التكالب عليها وإنما يهتم بالجوانب الروحانية في الإنسان.

٢ – أنه علم نفس أخلاقي في جوهره وفي وجهته، فهو يهتم بغرس المبادئ والقيم الأخلاقية والفضائل السلوكية في أبناء أمة الإسلام.

٣ – أنه علم نفس إيماني يستهدف الإيمان في قلب الفرد ووجدانه وتأصيل هذا الإيمان وترسيخه الى حيز الوجود الفعلي، والسلوك العملي.

٤ – أنه علم نفس عقلاني، فلا مجال للخرافة أو الشعوذة أو الدجل أو الوهم أو الأفكار الفلسفية أو الميتافزيقية، أي ما وراء الطبيعة، ولكنه يخاطب عقل الإنسان وفكره وحسه ووجدانه، ويعتمد على الإقناع والبرهنة والتبصير في الأدلة والشواهد من معجزات الله تعالى في مخلوقاته، وآياته في أحداث الكون وفي الطبيعة وفي الإنسان، وبالذات في نفس الإنسان. فهو يدعو للتأمل والنظر والتدبر واستخلاص العظات والعبر والوصول الى النتائج القائمة على أساس الاستدلال العقلي والمنطقي. وهو بذلك دعوة للإنسان نفسه، وكيف خلق، ودعوة لدراسة الظواهر الكونية وما تنطوي عليه من معجزات الخلق. ومن هذا المنطلق نستطيع أن نصف هذا العلم بأنه علم تجريبي يقوم على أساس مشاهدة الظواهر الكونية والتأمل فيها وملاحظتها ملاحظة دقيقة بغية الاهتداء الى خالقها تعالى.

٥ – نستطيع أن نصف علم النفس الإسلامي بالقول أنه يمتاز بالنظرة الشمولية

التكاملية. فإذا كانت هناك بعض مدارس علم النفس الحديث التى تنظر للغرائز الفطرية فى الإنسان، وإذا كان هناك مدارس أخرى تنظر للجوانب العقلية فى الإنسان، فإن المدرسة الإسلامية فى علم النفس تمتاز بالنظرة الشمولية للإنسان ككل موحد مكون من النفس والجسم، بل تنظر اليه كجزء من كيان أكبر هو الأسرة والمجتمع أو الوطن، وتدرك ما بين هذا الإنسان وبين عالمه الذى يعيش فيه. تلك نظرة تمتاز عن النظريات الحديثة، التى توصف بالتخصص الدقيق والتى تجزىء الانسان والمعرفة الإنسانية الى جزئيات صغيرة تضيع معها الغاية الكلية للأشياء.

هذه إشارة عابرة لعلم النفس الإسلامى وخصائصه بالمقارنة الى علم النفس الحديث، ولكن لإحكام فهم القضية والتعرف على جوهر هذا العلم الإسلامى، وإدراك ما بينه وبين العلم الحديث من ضروب الاتفاق والاختلاف، نسوق للقارئ الكريم شرحاً لمفهوم علم النفس الحديث ومناهجه وموضوعات دراسته ومجالاته النظرية والعملية.

مفهوم علم النفس الحديث ومناهجه وموضوعاته ومجالاته النظرية والتطبيقية :

كان علم النفس، قديماً، يعرف بأنه علم دراسة العقل البشرى The study of the human mind ، ولكن سرعان ما تبين أن العقل مفهوم مجرد أى معنوى وليس له وجود حسى يصلح للقياس والتجريب. ولذلك تحول علم النفس الى دراسة السلوك الإنسانى The study of the human behavior، ذلك لأن السلوك يمكن ملاحظته ومشاهدته وقياسه، كما يمكن تعديله وتحسينه. فضلاً عن أن السلوك يصدر عن الإنسان بكليته أو يصدر عن الإنسان كوحدة جسمية نفسية روحية خلقية اجتماعية. يبقى أن نتعرف على مفهوم السلوك فى علم النفس. يقصد بالسلوك كل ما يصدر عن الكائن الحى من استجابات داخلية أو خارجية نتيجة لتعرض الإنسان لبعض المثيرات. ومن هنا يمكن القول بأن هناك سلوكاً فطرياً يوجد عند جميع أفراد النوع. وهو السلوك الذى يرثه الإنسان ويولد

مزوداً به، فلا يكتسبه أو يتعلمه من البيئة الاجتماعية والمادية التى يعيش فى كنفها. ثم هناك السلوك المكتسب وهو ما يتعلمه الفرد.

ويميز علماء النفس بين السلوك الشعورى، وهو السلوك الذى يدرك الفرد دوافعه ويعرفها ويعيها ، ويفطن إليها تماماً، كذهاب الطالبة للجامعة لتلقى العلم والمعرفة. وهناك السلوك اللاشعورى الذى لا يدرك الفرد دوافعه ومن ذلك ما يظهر فى الأحلام، وفى العقد وفى الأمراض النفسية. ثم هناك السلوك السوى الطبيعى، والسلوك الشاذ. من ضروب النوع الأخير خوف الفرد من رؤية الماء أو الدماء أو الظلام.

هذا هو السلوك بالمعنى النفسى أما عن المنهج الذى يستخدمه علم النفس الحديث فى دراسة موضوعاته فهو المنهج العلمى التجريبى، الذى يقوم على أساس إجراء التجارب. ونعنى بالتجربة أن يصطنع الباحث الظاهرة التى يريد دراستها اصطناعاً تحت الظروف التى يرغب فيها. كما يعتمد المنهج العلمى على الملاحظة أو المشاهدة أو المعاينة، وتصلح للظواهر التى لا يمكن إحداثها تجريبياً كالمرض أو الحب أو الموت أو الجريمة.

وإلى جانب هاتين الدعامتين : الملاحظة والتجربة، فإن علم النفس الحديث يتخذ من الرياضيات لغة لعرض نتائجه واستخلاص حقائقه. كذلك فإن فكر الباحث السيكولوجى الحديث يتسم بالموضوعية، لا بالذاتية حيث يقف من الظواهر التى يدرسها موقف الحياد، فيصفها كما هى موجودة بالفعل فى الواقع، ويسجلها كما هى، لا كما يريدها هو أن تكون ولا كما ينبغى أن تكون، وإنما يسجلها كما هى دون أن يضفى عليها أهوائه وآرائه الذاتية والشخصية أو ميوله أو تعصبه أو تحيزه، وإنما يقف منها موقف الحياد. ولذلك ظهرت المعامل والمختبرات النفسية التى تقيس الظواهر المراد دراستها قياسياً كمياً وموضوعياً كالذكاء أو القدرات أو الأمراض. هذا هو علم النفس الحديث، وموضوع دراسته يتناول جميع جوانب حياة الإنسان الشعورية واللاشعورية والفردية والجماعية. ولذلك يدرس موضوعات مثل الدوافع على السلوك، والشعور واللاشعور. كما يدرس

العمليات العليا فى الإنسان كالتفكير والتخيل والتصور والإدراك والتعلم والتذكر. كما يدرس الانفعالات كالحب والكره والخوف، والأحلام، والإحساس. ولقد إتسعت افاق علم النفس الحديث وأصبح يتناول جميع جوانب الحياة العصرية، السوية والشاذة والفردية والجماعية، فتدخل فى الصناعة والتجارة والحرب والتربية والقضاء والسياسية... إلخ.

مجالات علم النفس :

هناك العديد من فروع هذا العلم الناشئ، فقد اتسعت آفاقه، بعد أن ثبتت فائدته، وحاجة إنسان العصر اليه، لا لحمايته من الأمراض العقلية والنفسية وحسب، وإنما لزيادة كفاءته ومقدرته الإنتاجية، وتنمية قدراته الإبداعية. من هذه الفروع علم النفس الفسيولوجى، ويدرس الظواهر الجسمية الداخلية من حيث إتصالها بالأحوال النفسية، وعلاقاتها بالجهاز العصبى.

وهناك علم النفس الصناعى ويختص بدراسة العمل، والعمال وتوريعهم على الأعمال التى تتفق مع قدراتهم وذكائهم. كما يدرس الأمن الصناعى وحوادث العمل، والتدريب المهنى والظروف الفيزيقية المحيطة بالعمل كالإضاءة والحرارة. أما علم النفس التجارى فيدرس أساليب التأثير فى المشترى، ومعرفة ذوقه ووسائل الإعلام والدعاية، وطرق إدارة المؤسسات والشركات، وأساليب تحقيق الربح. وهناك علم النفس الجنائى ويدرس أسباب الجريمة ودوافعها، ومكافحة الانحراف والجنوح، ويسهم فى رسم السياسة العقابية للمجتمع. ومن فروع علم النفس الحديث علم النفس الحربى ويهتم بدراسة الروح المعنوية للجنود وكيفية العمل على ارتفاعها، كما يدرس أساليب الحرب النفسية دفاعاً وهجوماً، وطرق تدريب الجنود، وتوزيعهم على الأسلحة المختلفة. أما علم النفس الفارقى فيدرى الفروق التى توجد بين الأفراد والجماعات، تلك التى ترجع الى عوامل السن والجنس والسلالة والطبقة الإجتماعية... إلخ. ويدرس علم نفس الطفل مراحل النمو وخصائص كل مرحلة ومطالب النمو فيها وطرق تعليم الطفل وتربيته كما يدرس دوافع الطفل واتجاهاته وميوله ومشكلاته.

ويختص علم نفس الشواذ بدراسة السلوك الشاذ، كالضعف العقلى، والأمراض النفسية والعقلية كما يدرس العبقرية والنبوغ. ومن الفروع الهامة لعلم النفس الحديث علم النفس التربوى ويدرس التوجيه التعليمى، والنظريات التى وضعت لتفسير عملية التعلم. أما علم نفس الحيوان فيدرس سلوك الحيوان كالإدراك والتعلم، ويدرس غرائز الحيوان ودوافعه وذكائه. ويهتم علم النفس المقارن بمقارنة سلوك الإنسان والحيوان، وسلوك الطفل والراشد الكبير والبدائى والحضارى، والسوى والشاذ كذلك يهتم علم النفس القضائى بدراسة جميع العوامل النفسية التى تؤثر فى المشتركين فى الدعوى الجنائية كالقاضى والمتهم والمجنى عليه والشهود والدفاع، والأدلة ومدى تأثيرها فى القضاة. وهناك علم النفس الاجتماعى ويدرس اتجاه الأفراد إزاء غيرهم من الناس ومن المؤسسات، كما يدرس العلاقة بين الفرد والبيئة الاجتماعية. ومن موضوعاته القيادة والرأى العام، والشخصية واللغة، وكلما زادت الحياة العصرية والحضارة الحديثة تعقيداً كلما زادت الحاجة الى علم النفس، ولذا ظهرت فروع حديثة منه، منها علم النفس البيئى، وسيكولوجية الزحام، وسيكولوجية التلوث، كما ظهرت موضوعات تستهدف مقارنة نشاط ذهن الإنسان بنشاط الحاسب الآلى أو العقول العلمية، كذلك ظهرت اتجاهات نفسية متأثرة بالفلسفات المعاصرة كالفلسفة الوجودية والبرجماتية. هذه موضوعات علم النفس الحديث ومنها يتضح أنها تشمل كافة جوانب الحياة العصرية.

وهنا يمكن أن ننتقل مع القارئ الكريم، الى التعرف على الأصول الإسلامية لهذا العلم الناشئ، أو بالأحرى التعرف على معالم النفس الإسلامى وخصائصه.

معالم علم النفس الإسلامى :

يستطيع المتأمل فى تراثنا الإسلامى أن يدرك أن هناك دعوة لدراسة النفس الإنسانية وكثير من العمليات العقلية والنفسية كالإحساس والإدراك والتفكير والتخيل والتصور والتأمل والتدبر فى مخلوقات الله.

وظائف النفس :

يصور القرآن الكريم النفس البشرية، ويشير الى أن هناك نفساً لوامة، تلوم صاحبها على ما يرتكب من الذنوب والمعاصى. وتشبه هذه النفس الضمير الخلقى فى علم النفس الحديث، أو الذات العليا فى مفهوم مدرسة علم النفس التحليل يقول تعالى : **﴿ولا أقسم بالنفس اللوامة﴾** (القيامة). ومن وظائف النفس كذلك أنها تدفع صاحبها الى الإتيان بالسوء مصداقاً لقوله تعالى : **﴿وما أبرىء نفسى إن النفس لأمارة بالسوء إلا ما رحم ربى﴾** (يوسف ٥٣). ومن خصائص النفس، فى المدرسة النفسية الإسلامية، أنها قد تكون سوية، وقد تكون معتلة، وفى الحالة الأخيرة يلزم التدخل بالوعظ والإرشاد والنصح والتوجيه والإقناع لعلاجها يقول الله تعالى : **﴿ونفس وما سواها، فألهمها فجورها وتقواها﴾** (الشمس ٧).

ومن وظائف النفس أنها مسؤولة عما تأتيه من الخير والشر، ومن السلوك الطيب الحميد ومن السلوك الشاذ والمنحرف لقوله عز وجل : **﴿واتقوا يوماً لا تجزى نفس عن نفس شيئاً ولا يقبل منها شفاعة﴾** (البقرة ٤٨). وتمتاز النظرة الإسلامية بتحديد مسؤولية النفس لأن ذلك يدعوها الى الاستقامة والى السواء. وبذلك تختلف نظرة الإسلام عن «الحتمية السيكولوجية الحديثة» والتى تذهب الى القول بأن سلوك الإنسان محتوم عليه بحكم الظروف والملابسات والمؤثرات التى تحيط بالفرد، وبذلك يصبح من المحتم عليه أن يأتى هذا السلوك أو ذاك. ومن خصائص النفس، فى التصور الإسلامى الأصيل، أن لها طاقة محدودة وليست طاقة مطلقة وعلى ذلك فلا يجوز أن تكلف بما لا طاقة لها به، أو بما يفوق قدرتها لقوله تعالى : **﴿لا تكلف نفس إلا وسعها﴾** (البقرة ٢٣٣).

ومن خصائص النفس أنها لا تموت، إلا بإذن الله تعالى، وتعطى هذه النظرة الشعور بالإطمئنان للإنسان **﴿وما كان لنفس أن تموت إلا بإذن الله كتاباً مؤجلاً﴾** (آل عمران ١٤٥). والنفس الإنسانية فى التصور الإسلامى، نفس واحدة، أو ذات أصل واحد. ومن شأن هذا التصور أن يعطى للإنسان شعوراً بالوحدة والاتحاد والوئام والتجانس مع بنى جنسه.

ويختلف هذا عن النزعات العنصرية الحالية، وفكرة القوميات والنعرات الطائفية، والشعور بالسمو. وذلك مصداقاً لقوله تعالى : **﴿يا أيها الناس اتقوا ربكم الذى خلقكم من نفس واحدة﴾** (النساء آية ١). ومن خصائص النفس أنها تتلقى جزاء عملها إن خيراً فخير وإن شراً فشر لقوله تعالى : **﴿ليجزى الله كل نفس ما كسبت إن الله سريع الحساب﴾** (إبراهيم ٤١). وقوله تعالى : **﴿وتوفى كل نفس ما عملت وهم لا يظلمون﴾** (النحل ١١١). وللنفس كرامة لابد أن تصان، فلا يجوز قتلها إلا بالحق، **﴿ولا تقتلوا النفس التى حرم الله إلا بالحق﴾** (الإسراء ٣٣).

ووفقاً للتصور الإسلامى، فإن **﴿كل نفس ذائقة الموت﴾** (الأنبياء ٣٥). وفكرة حتمية الموت من الأفكار التى تساعد الإنسان على عدم التكالب على الدنيا ومتاعها، والتى تحد من عدوان الإنسان على أخيه الإنسان. وإذا كانت النفس، فى التصوير القرآنى الكريم لها وظائفها، فإن هذه الوظائف محدودة، فهناك ما يتعدى دائرة معرفتها. فهى لا تدرى متى وأين ولماذا تموت **﴿وما تدرى نفس بأى أرض تموت﴾** (لقمان ٣٤). ومن وظائف النفس الشعور بالحسرة والندوم واللوم والتأنيب والتعنيف، يقول الله تعالى : **﴿أن تقول نفس يا حسرتى على ما فرطت فى جنب الله﴾** (الزمر ٥٦). وإلى جانب تقرير مسؤولية النفس، **﴿كل نفس بما كسبت رهينة﴾** (المدثر ٣٨). فإن الإنسان مطالب بأن ينهى نفسه عن الهوى، وأن يوجهها نحو الصلاح والتقوى والورع والخشوع والطاعة مصداقاً لقوله تعالى : **﴿وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى فإن الجنة هى المأوى﴾** (النازعات ٤٠). والنفس قد تكون شقية تعسة، وقد تكون مطمئنة راضية مرضية **﴿يا أيها النفس المطمئنة إرجعى الى ربك راضية مرضية﴾** (الفجر ٢٧). وقد تكون النفس زكية طاهرة كما فى قوله تعالى : **﴿قال أقتلت نفساً زكية بغير نفس لقد جئت شيئاً نكرا﴾** (الكهف ٧٤). وفى الوقت الذى تأتى فيه الحسنات للإنسان من الله تعالى الغفور الرحيم، فإن السيئات تأتى من النفس **﴿وما أصابك من سيئة فمن نفسك﴾** (النساء ٧٩) والله تعالى يعلم ما تحويه نفوسنا، ولكننا لا نعلم علم الله لقوله تعالى : **﴿تعلم ما فى نفسى ولا أعلم ما فى نفسك﴾** (المائدة ١١٦).

«فعلم» النفس علم محدود، وليس علماً مطلقاً، وهذه حقيقة يقرها ويؤكدها العلم. والنفس هى التى تقوم بذكر الله تعالى والتضرع لله تعالى وعملها قد يكون خفياً مستتراً وقد يكون علنياً مصداقاً لقوله تعالى : ﴿واذكر ربك فى نفسك تضرعاً وخفية﴾ (الأعراف ٢٠٥). والنفس شاهد على الإنسان يوم القيامة لقوله تعالى : ﴿إقرأ كتابك كفى بنفسك اليوم عليك حسيبا﴾ (الإسراء ١٤).

ومن وظائف النفس الصبر والمصابرة ﴿واصبر نفسك مع الذين يدعون ربهم بالغداة والعشى﴾ (الكهف ٢٨). والإنسان قد يظلم نفسه، ويوقع عليها الأذى والظلم لقوله تعالى : ﴿ومن يفعل ذلك فقد ظلم نفسه﴾ (البقرة ٢٣١). وترجع هداية الإنسان أو ضلاله الى نفسه ﴿فمن إهتدى فإنما يهتدى لنفسه ومن ضل فإنما يضل عليها﴾ (يونس ١٠٨). وقوله تعالى : ﴿فمن ينكث فإنما نكث على نفسه﴾ (الفتح ١٠).

ومن وظائف النفس أنها توسوس للإنسان الى الحد الذى جعل الطب النفسى الحديث يفرد مرضاً خاصاً أسماه «الوسوسة»، وفيه تظل الأفكار السوداء أو التافهة تهبط على ذهن الإنسان فتقلق مضجعه، ولا يستطيع التخلص من هذه الأفكار وتلك الهواجس والوساوس رغم علمه بسخافتها وعدم جدواها، وفى هذا الصدد يقول القرآن الكريم ﴿ولقد خلقنا الإنسان ونعلم ما توسوس به نفسه﴾ (ق ١٦).

والنفس كما قد تكون سخية كريمة قد توصف بالشح والبخل لقوله تعالى : ﴿ومن يوق شح نفسه فأولئك هم المفلحون﴾ (الحشر ٩). والنفس قد تشقى وتتحمل المشاق والمكابد لقوله تعالى : ﴿وتحمل أثقالكم الى بلد لم تكونوا بالغيه إلا بشق الأنفس﴾ (النحل ٧).

والنفس قد تشتهى الأشياء كما فى قوله تعالى : ﴿وفيها ما تشتهيه الأنفس وتلذ الأعين وأنتم فيها خالدون﴾ (الزخرف ٧١). وقد يشير لفظ النفس فى القرآن الكريم الى الشخصية برمتها كما فى قوله تعالى : ﴿أتأمرون الناس بالبر وتنسون أنفسكم﴾ (البقرة ٤٤). فالإنسان كذلك مطالب بأن يعود نفسه على البر

والإحسان.

والنفس قد تبطن بعض النوايا والرغبات، ولكن الله تعالى يحاسب على ما تحتويه أنفسنا من الخير أو من الشر، فالأعمال البينات **﴿وإن تبدوا ما فى أنفسكم أو تخفوه يحاسبكم الله﴾** (البقرة ٢٨٤).

والنفس كما هى فاعلة للتأمل والتبصر والتذكر، فهى كذلك موضوع للتأمل فيها بغية الوصول الى خالقها، فهى برهان على الصانع العظيم، وهى واحدة من معجزات الله ومن آياته فى الخلق **﴿ضرب لكم مثلاً من أنفسكم﴾** (الروم ٢٨). فالله يدعونا للنظر والتأمل والتبصر فى أنفسنا **﴿وفى الأرض آيات للموقنين، وفى أنفسكم أفلا تبصرون﴾** (الذاريات ٢٠ ، ٢١) ومن خصائص النفس أنها قادرة على إخفاء محتواها كما فى قوله تعالى : **﴿يخفون فى أنفسهم ما لا يبدون﴾** (آل عمران ١٥٤).

وفكرة إخفاء محتويات النفس تشبه، فى الوقت الحاضر، فكرة الكبت، حيث تترسب بعض الذكريات والرغبات فى منطقة مجهولة من الذات هى منطقة اللاشعور، ويهتم القرآن الكريم إهتماماً كبيراً بالنفس. ويجعلها أساس كل إصلاح، فإذا أصلحت النفوس فقد صلحت الحياة **﴿ذلك بأن الله لم يك مغيراً نعمة أنعمها على قوم حتى يغيروا ما بأنفسهم﴾** (الأنفال ٥٣). فتقويم النفس أساس تقويم الشخصية، وإصلاحها أساس إصلاح الحياة الإجتماعية، ومن هنا تبرز أهمية علاج أمراض النفس وعللها ووقايتها من الإصابة بتلك الأمراض والعلل **﴿إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم﴾** (الرعد ١١). وخلق النفس آية من آيات الله ينبغى أن يتدبر فيها الإنسان ويتأمل فيها وصولاً الى الخالق المبدع، **﴿وما أشهدتهم خلق السموات والأرض ولا خلق أنفسهم﴾** (الكهف ٥١).

والنفس موضوع لتفكير الإنسان وإعمال عقله لقوله تعالى : **﴿أو لم يتفكروا فى أنفسهم﴾** (الروم ٨). وهكذا يوضح القرآن الكريم النفس البشرية وخصائصها ووظائفها وطبيعتها قبل أن يهتدى علم النفس الحديث الى شئ من هذا.

ومن المفهومات النفسية فى القرآن الكريم، إلى جانب النفس، العقل والفكر والقلب والأفئدة واللب والبصيرة والذكر والعلم والإدراك والفهم وما الى ذلك. ويقترب مفهوم القلب من مفهوم النفس، فقد يوصف بالرقة وبالغلظة **﴿ولو كنت فظاً غليظ القلب لانفضوا من حولك﴾** (آل عمران ١٥٩). وقد يكون القلب سليماً أو معتلاً **﴿إلا من أتى الله بقلب سليم﴾** (الشعراء ٨٩). فالقلب قد يصاب بالمرض وقد يتمتع بالسلامة والإيمان، **﴿اتقيتن فلا تخضعن بالقول فيطمع الذى فى قلبه مرض﴾** (الأحزاب ٣٢). وقد يشعر القلب بنور العلم والهداية وقد تطمسه الغشاوة **﴿وختم على سمعه وقلبه وجعل على بصره غشاوة﴾** (الجاثية ٢٣). كذلك فإن القلب قد يتمتع بالأمن والأمان والطمأنينة وقد يحرم من كل هذا **﴿قال أو لم تؤمن قال : بلى ولكن ليطمئن قلبى﴾** (البقرة ٢٠٦). وقد يشعر القلب بالخوف والهلع والرعب والفزع إذا فرغ من الإيمان **﴿سنلقى فى قلوب الذين كفروا الرعب بما أشركوا بالله﴾** (٢٢ آل عمران ١٥١). ومن وظيفة القلب التفقه والفهم العميق **﴿لهم قلوب لا يفقهون بها ولهم أعين لا يبصرون بها﴾** (آل عمران ١٧٩). كذلك فإن العين قد لا تبصر فتتعطل وظيفتها. وسبيل شعور القلوب بالاطمئنان هو ذكر الله تعالى **﴿ألا بذكر الله تطمئن القلوب﴾** (الرعد ٢٨).

ومن وظائف القلب التعقل والتفكير والإدراك **﴿أفلم يسيروا فى الأرض فتكون لهم قلوب يعقلون بها﴾** (الحج ٤٦). ومن وظيفة القلب أن يتدبر القرآن الكريم **﴿أفلا يتدبرون القرآن أم على قلوب أقفالها﴾** (محمد ٢٤). والقلب يشعر، بفضل الله، بالسكينة والهدوء **﴿وهو الذى أنزل السكينة فى قلوب المؤمنين ليزدادوا إيماناً﴾** (الفتح ٤). ومن خصائص قلب المؤمن أن يكون مملوءاً بالرأفة والرحمة **﴿وجعلنا فى قلوب الذين اتبعوه رأفة ورحمة﴾** (الحديد ٢٧). ومن خصائص القلب، فى التصور، القرآنى الشعور بالخوف والرجفة والإصغاء أو الطاعة، وكذلك القسوة فتصبح كالحجارة. والقلب لدى المؤمن يشعر بالألفة والتعاطف، فالله تعالى هو الذى يؤلف بين القلوب.

ويصف القرآن الكريم كثيراً من العمليات النفسية التى أصبحت موضوعاً لدراسة علم النفس الحديث. فالقرآن الكريم يستخدم لفظ الأبصار ليعنى عملية الإدراك، **﴿فمن أبصر فلنفسه ومن عمى فعليها﴾** (الأنعام ١٠٤). فالقرآن يدعو للتفكير والمعروف أن التفكير من العمليات العقلية التى تشكل موضوعاً أساسياً من موضوعات دراسة علم النفس الحديث **﴿إن فى ذلك لآية لقوم يتفكرون﴾** (النحل ١١). وبالمثل يدعو القرآن الكريم للتذكر والتعقل والسمع **﴿إن فى ذلك لآية لقوم يسمعون﴾** (النحل ٦٥).

هذه صورة مبسطة لمعالم علم النفس الإسلامى، ولكن التراث الإسلامى، حافل بما هو أعمق من هذا وبما هو أكثر شمولاً لجوانب حياة الإنسان النفسية، ويكشف التنقيب فى مكنونات هذا التراث أنه تناول الجوانب النفسية فى كافة مجالات حياة الإنسان، حياة الفرد وحياة الجماعة. ففيه نهى عن انفعال الغضب، والمعروف حديثاً أن للانفعالات الحادة آثاراً ضارة بصحة الفرد الجسمية والعقلية، كذلك يتضمن هذا التراث الأصيل من الدعاء ومن السلوك القديم، ومن العفو والتسامح وفوق كل شىء من الإيمان، ما يقى الفرد من الإصابة بالأمراض العقلية والنفسية. كذلك فى الدعاء وفى الذكر وفى الصلاة وفى الزكاة وفى الحج وفى كافة التكاليف ووجوه البر والإحسان ما يحمى الإنسان من التعرض لهذه الأمراض.

ففى القرآن الكريم أبلغ طرق العلاج النفسى. إلى جانب هذا فتراثنا زاخر بمعلومات نفسية عن الحرب وفنونها وعن التجارة وأصولها الخلقية وعن الزواج وقواعده وعن تكوين الأسرة الصالحة وعن طلب العلم والمعرفة وهذا ما تتضمنه فروع علم النفس الحديث : العام، القضائى، الجنائى، المهنى، التجارى، الاجتماعى، الارتقائى، العسكرى، أو الحربى، وعلم النفس التربوى. فلكل من هذه الفروع أصول فى تراثنا العريق. فما أحرانا أن نستحى هذا التراث، وأن نهتدى بهديه وأن ننشره للعالم أجمع لأن من لا ماض له لا حاضر له.

العلاج النفسى فى التصور الإسلامى :

لقد كان للإسلام، بحق، فضل السبق على الحضارة الغربية فى كثير من العلوم والمعارف ونظريات العلم ومكتشفاته. ولذا فلا ينكر هذا الفضل إلا حاقد أو جاحد فقد كان للإسلام وعلمائه الفضل فى نقل العلوم الى الغرب، فإعتمدت الحضارة الغربية على التراث العربى والإسلامى. بل كان لعلماء الإسلام الفضل فى المحافظة على معالم الحضارة اليونانية، حيث نقلت الى الغرب عن طريقهم، بعد أن قاموا بترجمتها وهضمها وبعد أن أضافوا إليها الكثير من علوم الإسلام.

وفى هذه الأيام هناك صحوة إسلامية مباركة وعودة الى التراث الإسلامى الحنيف لبعثه من جديد واستحياء درره والكشف عن كنوزه. ونحن نحمد الله أن هذه الصحوة يتولاها شباب المسلمين، وهم عدة الأمة وعتادها وحملة مشعل التقدم والرخاء. ومن معالم هذه الصحوة المباركة العودة لحظيرة الدين الإسلامى الحنيف والتحلى بفضائل له والتمسك بمبادئه السمحة وآدابه الرفيعة وقيمه السامية فى الحق والخير والجمال والعدل والمساواة، والعطف والشفقة والرحمة والتعاون والإيثار والمودة والمحبة والطهر والطهارة والعفة والصدق والأمانة والصبر والمثابرة والشرف والطاعة والإنضباط والجدية وتحمل المسؤولية والبر والإحسان والعفو والشجاعة والإقدام والتضحية والبذل والعطاء والفداء والولاء والإخلاص والوفاء وغير ذلك من السمات والفضائل التى يغرسها فى حس المواطن وفكره ووجدانه.

والباحث المسلم لا يمل من التنقيب فى طيات هذا التراث وثناياه لأنه دائماً يكون أمام ينبوع لا ينضب من الغذاء الروحى القيم، ذلك الغذاء الذى نحن فى أشد الحاجة اليه لنقوى على التصدى لشبح النزعات المادية، البغيضة والأفكار الإلحادية ودعاة الانحلال والتسيب وغير ذلك من مظاهر الغزو الفكرى الإستعمارى للشخصية المسلمة، فإن أعداء الإسلام عندما يعجزون عن غزوه عسكرياً يحاولون غزوه ثقافياً وفكرياً. ضمن هذه الصحوة المباركة ظهور من يقول إن هناك فى التراث الإسلامى معالم علم النفس الحديث وأصوله وقواعده، وهذه

حقيقة تحتاج الى كثير من البحث والإطلاع لإبراز المفهومات والتصورات النفسية التى اهتدى إليها إسلامنا الأغر قبل أن يدعى ابتكارها علماء النفس وعلماء التربية. وفى هذا البحث المتواضع أسوق للقارىء المسلم الكريم استعراضاً لجوانب عملية من أخطر عمليات علم النفس الحديث وأكثرها أهمية وحيوية ألا وهى عملية «**العلاج النفسى**».

ذلك العلاج الذى يدعى علماء الغرب أنهم مبتكروه، الذى أصبحنا فى حاجة ملحة ومتزايدة إليه بحكم ظروف العصر وروح المنافسة وارتفاع مستوى الطموح وتعقد الحياة الحديثة وعوامل الحرب والتهديد بها.... إلخ.

ونبادر الى القول بأن تراثنا الإسلامى حافل بالوسائل والأساليب التى تؤدى افلى العلاج النفسى بشقيه الوقاية والعلاج، بحيث نستطيع أن نقول؛ بحق، إن هناك ما يمكن أن نسميه «العلاج النفسى الإسلامى». وأن هذا العلاج النفسى الإسلامى يستطيع علماء النفس المسلمون المعاصرون أن يقوموا على تنميته وازدهاره وتقدمه وتطبيقه على أبناء الأمة الإسلامية لحمايتهم من الإصابة بالأمراض والاضطرابات والأزمات النفسية والعقلية والخلقية. ولشفاء المصابين بهذه الأمراض. وذلك كله مصبوغ بالصبغة الإسلامية النابعة من وجدان الإنسان المسلم ومن حسه وأعماقه. فلا شىء أبلغ من العلاج فى الاستظلال بظلال الإسلام والارتواء من معينه العذب والإهداء بنوره الوضاء والتمتع بما فيه من رحمة تحتضن الإنسان فى حنان وشفقة.

ولكى يحكم القارىء العزيز فهم خصائص العلاج النفسى لابد وأن نستعرض معاً هذه الخصائص ثم لابد من التعريف بالمقصود بالعلاج النفسى الحديث وأهدافه وأنواعه.

خصائص العلاج النفسى الإسلامى

لا يمتاز العلاج النفسى الإسلامى بالسبق التاريخى وحسب ولكنه يمتاز كذلك بما يلى :

١ – إنه علاج إيمانى، أى يعتمد على ترسيخ دعائم الإيمان فى نفس الفرد وللإيمان قيمة علاجية عظيمة وقيمة وقائية تجعل المؤمن يشعر بالأمن والأمان والاطمئنان والاستقرار والهدوء والسكينة والزهد فى متاع الدنيا وشهواتها والقناعة والرضا بقضاء الله وقدره.

٢ – إنه علاج خلقى بمعنى أنه خلقى فى منهجه فيحترم كرامة الإنسان ويصونها ويعتمد فى الوقاية والشفاء على بث المبادىء لخلقية والفضائل الحميدة فى نفس الفرد. ولقد دل البحث على أن هناك ارتباطاً كبيراً بين الانحراف الخلقى والانحراف المرضى، فكلاهما يقود الى الآخر.

٣ – إنه علاج امتثالى، بمعنى أنه يدعو الفرد للامتثال للقيم والمبادئ والمثل العليا والأعراف السائدة فى المجتمع، ومن ثم يحقق الفرد تكيفاً واتحاداً ووئاماً مع المجتمع الذى يعيش فى كنفه، فيرضى عن المجتمع ويرضى المجتمع عنه.

٤ – إنه علاج تعضيدى، بلغة هذا العصر، فهو يقدم العون والمساعدة والتأييد والتشجيع للمريض حتى يرضى عن نفسه ويثق بها ويتحرر من مشاعر النقص والدونية.

٥ – إنه علاج إقناعى، بمعنى أنه يقوم على أساس إقناع المريض عقلياً بالحلول المنطقية، وهو بذلك يستخدم تأثير العقل الى جانب التأثير فى إرادة المريض وفى شعوره.

٦ – إنه علاج سلوكى، بمعنى أنه يستهدف تعديل سلوك الفرد، ذلك لأن العبرة بالعمل الحقيقى. وفى إطار «الإسلام الدين المعاملة» وإذا تعدل سلوك الإنسان وأتى الفرائض وتحاشى المعاصى فإنه ينجو، بعون الله تعالى، من

الأمراض.

٧ - إنه علاج شمولى، حيث يتناول شخصية المسلم بكافة جوانبها الجسمية والعقلية والروحية والخلقية والاجتماعية والاقتصادية والعلمية والعملية والأسرية.... بل هو يتناول الفرد منذ أن يولد، بل حتى قبل أن يولد، الى نهاية رحلة الحياة.

٨ - إنه علاج واقعى، لا يعتمد على الأمور الفلسفية أو الخيالية أو الوهمية.

هذه بعض مزايا العلاج النفسى الإسلامى وخصائصه وهى تتفوق على العلاج الحديث كما يرى القارىء الكريم ولكن ما هو المقصود «بالعلاج النفسى الحديث» ؟

ماذا يقصد بالعلاج النفسى الحديث ؟

يقصد بالعلاج النفسى مداواة النفس المضطربة عن طريق التأثير فى نفس المريض وفى سلوكه وفى عقله. ويستهدف علاج، اضطرابات الشخصية وسوء التكيف، والأمراض النفسية والعقلية، ويسعى لإعادة تمتع الفرد بالتكيف الملائم.

ويمكن تلخيص أهداف العلاج النفسى فيما يلى :

١ - زيادة وعى الفرد واستبصاره وفهمه لذاته فهماً صائباً وموضوعياً وبعيداً عن المغالاة والمبالغة.

٢ - حل أو تصفية الصراعات التى تسبب عجز الإنسان وتبدد طاقته وتحرمه من السعادة والشعور بالارتياح.

٣ - العمل على زيادة قبول الفرد لذاته والرضاء عنها،و لأن رضا الفرد عن ذاته أساس لرضاه عن المجتمع.

٤ - تزويد المريض بأساليب أكثر كفاءة للتعامل مع مشاكله، ومن ثم التغلب عليها.

٥ - تقوية الذات بالأمن والأمان.

وعلى الجملة نستطيع أن نقول إن العلاج النفسى يستهدف إعادة تكيف

الفرد مع نفسه ومع البيئة التي يعيش في وسطها وتحريره مما يكبل طاقته من الأزمات والتوترات والعقد والأمراض كالقلق أو الاكتئاب أو توهم المرض أو الخوف الشاذ من أمور لا تثير الخوف في الشخص العادى كالخوف من الماء والنار والظلام والدم والرعد والأماكن الواسعة.

وهناك مناهج متعددة تستخدم في العلاج النفسي الحديث، ذلك العلاج الذى يبدأ بالطبع بعد إجراء عملية تشخيص دقيقة للتعرف على كنه المرض وأسبابه.

من ذلك العلاج عن طريق التحليل النفسي، ويعتمد على الكشف عن محتويات منطقة اللاشعور وسبر أغوارها وارتياد مجاهلها، ومساعدة المريض على إطلاق عنان تلك الانفعالات الحبيسة، والتى تعتمل في أعماق ذاته، تحريرها وإطلاق سراحها. ويعتمد التحليل النفسي على تحليل أحلام الفرد وتفسيرها وعلى عملية التداعى الحر، حيث يرقد المريض على أريكة مريحة ويسترخى استرخاءً تاماً، ثم يطلق العنان لأفكاره وخواطره فيفصح عنها ويطلق عقالها. وبعد إطلاق سراح تلك الرغبات والدوافع المحبوسة، يتم تبصير المريض بها، ويتم فهم حالته فهماً موضوعياً مقبولاً وبذا يتم الشفاء.

ومن أظهر أساليب العلاج الحديث ما يعرف بإسم العلاج السلوكى، وهو قائم على أساس افتراض أن الأمراض النفسية عبارة عن عادات متعلمة، أى تعلمها الإنسان، وإن كان تعلماً خاطئاً أو سلبياً، كمن يخاف من الظلام أو من الحشرات. ويقوم العلاج على أساس محو أو إزالة هذا التعلم وغرس عادات إيجابية لتحل محل العادات السلبية. ويتحقق ذلك عن طريق ربط أو اقتران العادة السيئة ببعض المشاعر الضارة ومن ثم يكرهها الإنسان ويبتعد عنها. فمدمن الخمر نضع له سراً في كوب الخمر عقاراً يسبب شعوره بالقيء أو الدوخة أو المغص، ومن ثم يرتبط هذا الشعور برؤية الخمر فيكف عن تعاطيه.

ومن أساليب العلاج النفسي الحديث العلاج الجماعى، وفيه تتم معالجة مجموعة كبيرة من المرضى دفعة واحدة، شريطة أن يعانوا من مرض واحد، ويمتاز

هذا النوع من العلاج بالاقتصاد فى الوقت والجهد. وهناك ما يعرف باسم السيكودراما، وفيه يحصل الشفاء عن طريق قيام المريض بتمثيل مشكلته على خشبة المسرح أمام زملائه الذين يشتركون معه فى رسم خطة العلاج.

وهناك أنواع متعددة من العلاج منها ما يعرف باسم العلاج المتمركز حول المريض، وفيه نترك الحرية للمريض لكى يدير الحوار مع الطبيب فيما يعن له من مشكلات وآلام. ثم هناك العلاج الأسرى الذى يتناول علاج أسرة المريض نفسها. ثم هناك العلاج الكتبى وفيه يكلف المريض بقراءة بعض الكتب التى تفيده على أن يناقش مضمونها مع المعالج. وهناك العلاج عن طريق العمل حيث يكلف المريض القيام ببعض الأعمال التى يجد من خلالها ذاته، ويشعر بقيمته. كذلك هناك العلاج عن طريق الاشتراك فى الأنشطة الترفيهية. كذلك فإن العلاج الموسيقى يوفر فرصة للتنفيس لدى المريض بعد سماع قطع موسيقية معينة.

وهناك العلاج عن طريق الرسم وغيره من ضروب الفن التشكيلى، ثم هناك العلاج عن طريق التنويم المغناطيسى ثم العلاج عن طريق الظل أو المأوى ويصلح هذا النوع الأخير لعلاج التلعثم فى الكلام. وهناك ما يعرف باسم العلاج الجشتلتى نسبة الى مدرسة الجشتلت، وهى مدرسة ألمانية فى علم النفس، وهو ضرب من ضروب العلاج الكلى أو الشمولى.

شفاء النفس بالطرق الإسلامية :

يستهدف الإسلام تكوين المؤمن القوى والسليم والمعافى، كما يستهدف شفاء النفوس أو القلوب مما يصيبها من علل وأمراض. وهو بهذا يتفق مع العلاج النفسى الحديث، وإن كانت الأساليب والإجراءات تختلف بعض الشئ.

فالحياة الروحية والإسلامية كلها حافلة بما يقى المسلم من الإصابة بالأمراض النفسية والعقلية، وبما يكفل له الشفاء، إذا ما أصيب بأى منها. ويكفى أن يعود المريض الى حظيرة الإيمان ليعيش فى ظله الظليل وفى رحابه الفسيحة. وهناك كثير من الأساليب التى تكفل التمتع بالصحة العقلية والنفسية ومن ذلك

ما يلى :

١ - الدعاء والرجاء :

هناك كثير من الأدعية والأذكار التى يقولها المسلم عند الاستيقاظ وعند النوم، وأخرى تقال فى كل وقت. ومن شأن هذه الأدعية، من الناحية النفسية والطبية، أن تشعر صاحبها بالأمان والاستقرار والهدوء والسكينة والرضا والاعتماد على الله الذى هو أقرب الى الانسان من حبل الوريد، وكذلك شعوره بالراحة والاسترخاء والقناعة والزهد، ومن ثم شعوره بالسعادة الغامرة. وتلاوة القرآن والاستماع الى آياته تكفلان الشعور بالرضا والسعادة والاطمئنان وتطردان مشاعر البغض والسخط والكره والحقد والغل والكيد والانتقام والجشع والأنانية والطمع والعدوان، وكلها من أسباب نشأة الأمراض النفسية.

ومن الأدعية المباركة ذات الأثر الطبى النفسى العميق دعاء الرسول الكريم : «من قال حين يصبح وحين يمسى سبحان الله وبحمده مائة مرة لم يأت أحد يوم القيامة بأفضل مما جاء به إلا واحد قال : مثلما قال أو زاد، رواه مسلم». وروى مسلم عن أبى هريرة قال : «جاء رجل الى النبى ﷺ فقال يار رسول الله ما لقيت من عقرب لاذعتنى البارحة، قال : «أما لو قلت حين أمسيت أعوذ بكلمات الله التامات من شر ما خلق لم تضرك». وروى مسلم عن أبى مسعود رضى الله عنهما قال : «كان النبى ﷺ إذا أمسى قال أمسينا وأمسى الملك لله والحمد لله لا إله إلا الله وحده لا شريك له». قال الراوى : «أراه فيهن له الملك وله الحمد وهو على كل شىء قدير رب أسألك خير ما فى هذه الليلة وخير ما بعدها وأعوذ بك من شر هذه الليلة وشر ما بعدها، رب أعوذ بك من الكسل وسوء الكبر وأعوذ بك من عذاب من فى النار وعذاب من فى القبر وإذا أصبح قال ذلك أيضاً أصبحنا وأصبح الملك لله».

ومن الأدعية التى تقال عند النوم، وتساعد على النوم الهادىء الخالى من الأحلام المزعجة والكوابيس، أن الرسول ﷺ كان إذا آوى الى فراشه قال : «بإسمك اللهم أحى وأموت» رواه البخارى وعن على بن أبى طالب رضى الله

عنه أن النبى ﷺ قال له ولفاطمة رضى الله عنها : «إذا أويتما فراشكما أو إذا أخذتما مضاجعكما فكبرا ثلاثً وثلاثين وسبحا ثلاثاً وثلاثين وأحمد ثلاثاً وثلاثين» متفق عليه وعن الرسول ﷺ قوله : «إذا أوى أحدكم الى فراشه فلينفض فراشه بداخله إزاره فإنه لا يدرى ما خلفه عليه ثم يقول باسمك ربى وضعت جنبى وبك أرفعه إن أمسكت نفسى فارحمها وإن أرسلتها فاحفظها بما تحفظ به عبادك الصالحين» (متفق عليه». وعن عائشة رضى الله عنها أن الرسول ﷺ كان إذا آوى الى فراشه كل ليلة جمع كفيه ثم نفث فيهما فقرأ فيهما قل هو الله أحد وقل أعوذ برب الفلق وقل أعوذ برب الناس ثم مسح بهما ما استطاع من جسده يبدأ بهما على رأسه ووجهه وما أقبل من جسده يفعل ذلك ثلاث مرات» متفق عليه.

وللوضوء أثر نفسى علاجى ووقائى، وفيه شعور بالراحة والنظافة وإحساس بحلاوة الإيمان والقرب من الله والاسترخاء وكان الرسول ﷺ يقول : «للبراء بن عازب رضى الله عنهما قال له الرسول «إذا أتيت مضجعك فتوضأ وضوءك للصلاة، ثم اضطجع على شقك الأيمن وقل اللهم أسلمت نفسى لك ووجهت وجهى إليك وفوضت أمرى إليك وألجأت ظهرى إليك آمنت بكتابك الذى أنزلت ونبيك الذى أرسلت فإن مت مت على الفطرة واجعلهن آخر ما تقول» متفق عليه.

وروى مسلم عن أنس رضى الله عنه أن النبى ﷺ كان إذا أوى الى فراشه قال «الحمد لله الذى أطعمنا وسقانا وكفانا وآوانا، فكم ممن لا كافى له ولا مأوى له» رواه مسلم. وهناك أدعية يرددها المؤمن فى أى وقت يشاء قال رسول الله ﷺ : «لأن أقول سبحان الله والحمد لله ولا إله إلا الله والله أكبر أحب الى مما طلعت عليه الشمس» رواه مسلم. وعنه ﷺ أنه قال : «كلمتان خفيفتان على اللسان ثقيلتان فى الميزان حبيبتان الى الرحمن : سبحان الله وبحمده سبحان الله العظيم» متفق عليه. وقوله ﷺ لأبى موسى رضى الله عنه : «قل لا حول ولا قوة إلا بالله فإنها كنز من كنوز الجنة» متفق عليه. وقول الرسول ﷺ : «الطهور شطر

الإيمان والحمد لله تملأ الميزان وسبحان الله تملأ ما بين السموات والأرض» رواه مسلم. وكان الرسول ﷺ يقول عند الكرب : «لا إله إلى الله العظيم الحليم لا إله إلا الله رب العرش العظيم لا إله إلا الله رب السموات ورب الأرض ورب العرش الكريم» متفق عليه.

وفى الدعوة لذكر الله تعالى يقول القرآن الكريم : ﴿إن فى خلق السموات والأرض واختلاف الليل والنهار لآيات لأولى الألباب الذين يذكرون الله قياماً وقعوداً وعلى جنوبهم﴾ (آل عمران ١٩١). وفى دعوة المؤمن للصبر يقول تعالى: ﴿واصبر نفسك مع الذين يدعون ربهم بالغداة والعشى يريدون وجهه ولا تعد عيناك عنهم﴾ (الكهف ٢٨). وفى الدعوة للتضرع الى الله يقول تعالى : ﴿واذكر ربك فى نفسك تضرعاً وخيفة ودون الجهر من القول بالغدو والآصال ولا تكن من الغافلين﴾ (الأعراف ٢٠٥). وفى الدعوة للتسبيح بحمد الله وشكره يقول تعالى : ﴿سبح بحمد ربك قبل طلوع الشمس وقبل غروبها﴾ (طه ١٣٠). والله تعالى يستجيب لدعاء الناس وفى ذلك شعور بالخلاص والإنقاذ يقول تعالى : ﴿وقال ربكم ادعونى أستجب لكم﴾ (غافر ٦٠). وقوله تعالى : ﴿وإذا سألك عبادى عنى فإنى قريب أجيب دعوة الداع إذا دعان﴾ (البقرة ١٨٦).

ويقول النبى ﷺ : «اللهم آتينا فى الدنيا حسنة وقنا عذاب النار» متفق عليه. ويقول كذلك : «اللهم أسألك الهدى والتقى والعفاف والغنى» مسلم. وكان الرسول الكريم يعلم الناس الصلاة، وأن يطلبوا الغفران والرحمة والعفو والهداية والرزق والطاعة لله تعالى والاستعاذة بالله من البلاء والشقاء وسوء القضاء وشماتة الأعداء. وعنه ﷺ أنه قال : «اللهم أصلح لى دينى الذى هو عصمة أمرى، واصلح لى دنياى التى فيها معاشى، واصلح لى آخرتى التى فيها معادى، واجعل الحياة زيادة لى فى كل خير، واجعل الموت راحة لى من كل شر» رواه مسلم. وكان يطلب الهداية والسداد، ويستعيذ من العجز والكسل والجبن والهرم والبخل، ومن عذاب القبر ومن الفتنة. وهذه لمحات عابرة من وسائل الإسلام فى شفاء الناس ووقايتهم من الأمراض، ولكنها ليست سوى نموذج واحد مبسط، لأن كل

كلمة وكل تشريع جاء به الإسلام وكل نهى أو تكليف إنما له أثر مباشر أو غير مباشر على صحة الفرد النفسية والعقلية والخلقية، فإلى جانب هذه الأدعية، هناك الدعوة لتحاشى الغضب والمعاصى والذنوب والشر والجريمة، ثم هناك الدعوة للتحلى بالتقوى والورع والخشوع واليقين والإيمان... إلخ.

سمة الإيجابية فى الشخصية الإسلامية

مفهوم الشخصية :

من المفهومات الأساسية فى علم النفس الحديث مفهوم الشخصية. ولقد بلغ الاهتمام بالشخصية أن أصبح يفرد لها فى الجامعات والمعاهد ومراكز البحث العلمى فرعاً خاصاً من فروع علم النفس هو علم نفس الشخصية Psychology of personality . يختص هذا الفرع بدراسة مفهوم الشخصية، والعوامل الوراثية والبيئية التى تؤثر فى نموها وفى صقلها، وكذلك النظريات التى يضعها العلماء لتفسير الشخصية وسماتها. وهناك تعريفات مختلفة لمفهوم الشخصية تختلف باختلاف مدارس علم النفس. ومن أسهل هذه التعريفات وأكثرها سهولة وواقعية ذلك التعريف الذى يعتبرها مجموع ما يتميز به فرد معين عن سواه من الأفراد من السمات الجسمية والروحية والعقلية والنفسية والخلقية والاجتماعية والاقتصادية.... إلخ. على أن هذه السمات ليست مرصوصة بعضها فوق بعض، ولكنها توجد فى صاحبها بصورة متفاعلة متكاملة، بمعنى أن كل سمة من هذه السمات تؤثر فى غيرها وتتأثر به. ومعنى هذا أن هناك علاقة تأثير متبادل بين السمات المكونة للشخصية. ومؤدى هذا أن السمات الجسمية مثلاً كالطول أو الوزن أو القوة أو الصحة أو المرض، تؤثر فى النواحى النفسية كالطموح والإقبال أو الأدبار أو النشاط أو الكسل. وكذلك فإن قدرة عقلية كالذكاء تؤثر فى السمات الأخرى كالتكيف النفسى والإجتماعى، وفى ثقة الفرد بنفسه وهكذا...

ومن المفهومات الأساسية فى الشخصية، ومن وجهة نظر علم النفس الحديث، أنها تمتاز بالدينامية أى القابلية للتطور والتغير والنمو. وإذا كان العلم يدرس السمات الثابتة فى الشخصية، فإن هذا الثبات لا يمكن أن يكون إلا ثباتاً نسبياً فقط لما يمتاز به الإنسان من المرونة والقدرة على التطوير والتعديل والنمو وتكييف نفسه للمواقف الجديدة التى يوضع فيها وتساعدنا معرفة الشخصية والعوامل المؤثرة فيها على العمل على حسن توجيهها وتربيتها على القيم الأخلاقية والمثل

العليا والتمسك بآداب الدين الإسلامى الحنيف وشريعته السمحة وسماته الحميدة.

وإذا كان لكل مجتمع شخصية خاصة ومتميزة، فإن الثقافة الإسلامية تطبع شخصية الفرد بطابع معين يميزه عن غيره من أبناء المجتمعات الأخرى، من تلك السمات الفريدة التى يمتاز بها المواطن المسلم الإيمان والتقوى والورع والخشوع لله تعالى والطاعة والالتزام والانضباط والاحتشام والمحافظة على العرض والشرف والقناعة والزهد والتواضع والطهر والطهارة والصبر والمثابرة، والأمل والرجاء والتوكل والاعتماد على الله تعالى وحب العلم وطلبه والشكر وغنى النفس والعفو عند المقدرة والإيثار والبذل والتضحية والفداء والاستقامة والرأفة والشفقة والرحمة والعطف والحنان وصلة الأرحام والبر والإحسان، ولا سيما للوالدين.

ويتربى المسلم على نصرة الحق وإغاثة الملهوف والسماحة وإعذار المعسر والحلم والرفق والحياء والوقار والوفاء بالعهود والعقود وطلاقة الوجه والتمسك بالآداب العامة والنظافة وما إلى ذلك من السمات والخصال الحميدة والفضائل الخلقية.

وفى هذا الفصل نعرض للقارىء الكريم بشىء من التفصيل سمة من أهم سمات الشخصية المسلمة، والتى يربى الإسلام أبناءه عليها وهى الإيجابية. وهى من أهم الصفات التى أصبح شبابنا فى أمس الحاجة إليها، بعد أن ركن الى السلبية والتراخى والتكاسل واللامبالاة. وترك الجد والاجتهاد وأصبح يرغب فى الثراء دون أن يكون مستعداً للنضال والكفاح. فالشباب لا ينخرط انخراطاً إيجابياً فى معترك الحياة الاجتماعية والاقتصادية، ولا يسهم إسهاماً فعالاً فى المشاريع الإنتاجية والعمرانية أو فى خدمة بيئته المحلية. بل هناك من يؤثر اللعب واللهو! وبذلك يضيع وقته وجهده دون نفع له ولأسرته أو لمجتمعه. فكم نحن فى حاجة الى أن نربى شبابنا العربى على الإيجابية والتفاعل والتجاوب. وسيرى القارىء الكريم أن هذه السمة التى يدعو إليها التربيون وعلماء النفس فى العصر الحديث، كان لإسلامنا فضل السبق فى الدعوة إليها وغرسها فى حس المسلم وفى نفسه وعقله ووجدانه وتربيته على القيم والخصال الإيجابية ونبذ السلبية.

دعوة الإسلام للإيجابية :

تظهر هذه الدعوة فى كثير من المواقف الفردية والجماعية طوال حياة الفرد منذ نعومة أظفاره حتى نهاية حياته، فالمسلم لا يقف من الأحداث موقف المتفرج وإنما يتربى على الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر وعن الفساد والتسيب والانحراف والظلم، يقول تعالى : **﴿ولتكن منكم أمة يدعون الى الخير ويأمرون بالمعروف وينهون عن المنكر وأولئك هم المفلحون﴾** (آل عمران ١٠٤). والمسلم لا يقف ساكتاً أمام المنكر، ولكنه يتخذ موقفاً إيجابياً فاعلاً لقوله تعالى : **﴿وكنتم خير أمة أخرجت للناس تأمرون بالمعروف وتهنون عن المنكر﴾** (آل عمران ١١٠).

والمسلم مدعو لكى يساعد زميله المسلم، ويقف منه موقف الصديق كما فى قوله تعالى : **﴿والمؤمنون والمؤمنات بعضهم أولياء بعض يأمرون بالمعروف وينهون عن المنكر﴾** (آل عمران ١١٤). ورسولنا ﷺ يدعونا للتحلى بالإيجابية إزاء المنكر والتصدى له بالفعل أو بالقول أو بالقلب حسبما تسمح قدرة الإنسان لقوله : «من رأى منكم منكراً فليغيره بيده، فإن لم يستطع فبلسانه، فإن لم يستطع فبقلبه، وذلك أضعف الإيمان» رواه مسلم. ولا شك أن الجهاد فى سبيل الله ورسوله وفى سبيل الوطن أبلغ صور الإيجابية وأقواها يقول تعالى : **﴿يا أيها الذين آمنوا هل أدلكم على تجارة تنجكيم من عذاب أليم تؤمنون بالله ورسوله وتجاهدون فى سبيل الله بأموالكم وأنفسكم ذلكم خير لكم إن كنتم تعلمون يغفر لكم ذنوبكم ويدخلكم جنات تجرى من تحتها الأنهار ومساكن طيبة فى جنات عدن ذلك الفوز العظيم وأخرى تحبونها نصر من الله وفتح قريب وبشر المؤمنين﴾** (الصف ١٣). والرسول الكريم يقول فى الحث على الجهاد «إن أبواب الجنة تحت ظلال السيوف» رواه مسلم.

ومن مظاهر الإيجابية كذلك حض الإسلام على الاختلاط بالناس وحضور تجمعهم ومجالس الذكر وزيارة المريض وحضور الجنائز ومؤاساة المحتاج وإرشاد الجاهل. ومن دلائل الإيجابية دعوة الإسلام الحنيف للإصلاح بين الناس وفض المنازعات بينهم يقول تعالى : **﴿لا خير فى كثير من نجواهم إلا من أمر بصدقة أو**

معروف أو إصلاح بين الناس﴾ (النساء ١١٤). والصلح، وفقاً للمدرسة الإسلامية فى التربية، يعد خيراً يقول تعالى : **﴿فاتقوا الله وأصلحوا ذات بينكم﴾** (الأنفال ١). ومن أقوى المشاعر الإيجابية أن المسلم يتربى على الإيمان بأن المسلمين جميعاً إخوته واخوانه يقول تعالى : **﴿إنما المؤمنون إخوة فأصلحوا بين أخويكم﴾** (الحجرات ١٠).

والرسول الكريم يدعونا للإيجابية فى عمل الخير فى كافة الوجوه «كل سلامى من الناس عليه صدقة، كل يوم تطلع فيه الشمس تعدل بين الاثنين صدقة، وتعين الرجل فى دابته فتحمله أو ترفع له عليها متاعه صدقة، وإماطة الأذى عن الطريق صدقة». متفق عليه.

وإسلامنا الحنيف يدعونا للنشاط والحيوية وحب العمل يقول تعالى : **﴿فإذا قضيت الصلاة فانتشروا فى الأرض وابتغوا من فضل الله﴾** (الفضل ١٠). وفى هذا المعنى الكريم يقول رسولنا العظيم «لأن يأخذ أحدكم أحبله يأتى الجبل فيأتى بحزمة من حطب على ظهره فيبيعها فيكف الله بها وجهه خير له من أن يسأل الناس اعطوه أو امنعوه» رواه البخارى.

وقول ﷺ «ما أكل أحد طعاماً قط خير من أن يأكل من عمل يده وإن نبى الله داود كان يأكل من عمل يده» رواه البخارى. ومن ضروب الإيجابية أن المسلم مدعو لطلب العلم والتفقه فى الدين وفى ذلك يقول القرآن الكريم : **﴿قل هل يستوى الذين يعلمون والذين لا يعلمون﴾** (الزمر ٩). ويقول تعالى : **﴿يرفع الله الذين آمنوا منكم والذين أوتوا العلم درجات﴾** (المجادلة ١١). كما يقول تعالى : **﴿إنما يخشى الله من عباده العلماء﴾** (فاطر ٢٨). وعن نبينا الكريم قوله «من يرد الله خيراً يفقهه فى الدين» متفق عليه. وعنه ﷺ قوله لعلى رضى الله عنه «فوالله لأن يهدى الله بك رجلاً واحداً خير لك من حمر النعم» متفق عليه. وفى الدعوة لطلب العلم يقول الحديث الشريف «من سلك طريقاً يلتمس فيه علماً سهل الله له طريقاً الى الجنة» رواه مسلم. ومن أبرز سمات الإيجابية فى الشخصية الإسلامية دعوتها لكى يتحمل صاحبها المسؤولية، فلا يقف من

الأحداث موقفاً سلبياً. فالمسلم مسئول عن نفسه وعن زوجته وأبنائه وعن مجتمعه ووطنه، يقول الرسول ﷺ «كلكم راع وكل راع مسؤول عن رعيته، والأمير راع والرجل راع على أهل بيته، والمرأة راعية على بيت زوجها وولده فكلكم راع وكلكم مسؤول عن رعيته» متفق عليه.

ومن بين ما يدعو الى الإيجابية قول رسولنا الكريم «المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضاً» متفق عليه. والمسلم مدعو أن يكون ودوداً ورحيماً وعطوفاً على إخوانه المسلمين. وأن يشعر بشعورهم ويتألم لآلامهم ويسعد لسعادتهم ويتفاعل وإياهم «مثل المؤمنين فى توادهم وتراحمهم وتعاطفهم مثل الجسد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى» متفق عليه. وفى هذا المعنى النبيل يقول الحديث النبوى الشريف «المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يسلمه من كان فى حاجة أخيه كان الله فى حاجته ومن فرج عن مسلم كربة فرج الله عنه بها كربة من كرب يوم القيامة ومن ستر مسلماً ستره الله يوم القيامة» متفق عليه. فالمسلم يقف من إخوته فى الإسلام دائماً موقفاً إيجابياً يحب لهم ما يحب لنفسه، «لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه» متفق عليه.

وهناك حقوق على المسلم أن يؤديها نحو أخيه المسلم، وهى أبلغ تعبير عن روح الإيجابية والتضامن والتكافل والتعاون والتماسك. يقول رسولنا الكريم «حق المسلم على المسلم خمس : رد السلام، وعيادة المريض، وإتباع الجنائز، وإجابة الدعوة، وتشميت العاطس، وفى رواية لمسلم زيادة وإذا استنصحك فانصح له» متفق عليه.

والمسلم لا يقف موقفاً سلبياً عندما يقع ظلم على أخيه المسلم لقول رسولنا العظيم «انصر أخاك ظالماً أو مظلوماً فقال رجل : يا رسول الله أنصره إذا كان مظلوماً، أرأيت إن كان ظالماً كيف أنصره؟ قال تحجزه أو تمنعه عن الظلم فإن ذلك نصره» رواه البخارى.

ولا شك أن اكتساب القوة والتحلى بها من علامات الإيجابية، والإسلام يدعو المسلمين أن يكونوا أقوياء لقول الرسول الكريم «المؤمن القوى خير وأحب الى

الله من المؤمن الضعيف وفى كل خير أحرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز، وإن أصابك شيء فلا تقل لو أنى فعلت كذا كان كذا ولكن قل قدر الله ما شاء فعل فإن «لو» تفتح عمل الشيطان» رواه مسلم. ومن باب الإيجابية أن يعطف الإنسان على جاره يقول رسولنا الكريم «مازال جبريل يوصينى بالجار حتى ظننت أنه سيورثه» متفق عليه.

والمسلم مطالب بالمودة ومجالسة أهل الخير، يقول تعالى : **﴿واصبر نفسك مع الذين يدعون ربهم بالغداة والعشى يريدون وجهه﴾** (الكهف ٢٨).

وفى الحياة السياسية والعامة يتعين على المسلم أن يكون إيجابياً، فعلى المسلم أن يسدى النصح الى ولاة الأمور بأن يتخذوا البطانة الصالحة. ومما يؤكد روح الإيجابية بين جماعة الإسلام اتخاذ مبدأ الشورى والنصح بينهم يقول تعالى : **﴿وشاورهم فى الأمر﴾** (آل عمران ١٥١). كما يقول تعالى : **﴿وأمرهم شورى بينهم﴾** (الشورى ٣٨). بل إن الإسلام يعتبر الدين النصيحة. فالإسلام يربى المسلمين على الإيجابية والتفاعل والمبادأة بإسداء النصح وتقديم العون. والإيجابية من السمات الضرورية فى أيامنا هذه التى يتعين علينا غرسها فى نفوس النشء.

وسائل تربية الفرد على الإيجابية :

ينبغى أن نحرص على تنشئة أبنائنا على الإيجابية، ويلزم لذلك أن تتضافر كافة القوى الاجتماعية لتربية الفرد على الإيجابية. وأبلغ الوسائل وأكثرها قوة وتأثيراً الإسلام وشريعته السمحة ومبادئه وتعاليمه الخلقية والروحية والاجتماعية. ومن هنا فإن شبابنا مطالب بأن يعود الى حظيرة الدين الإسلامى لينهلوا من منابعه العذبة ويكتسبوا قيمه ومبادئه وأخلاقياته ويتحلوا بآدابه ويتمسكوا بمعاييره فى السلوك. كذلك فإن المدرسة مطالبة بأن تعمل قولاً وفعلاً على غرس الإيجابية وتعويد طلابها على ممارستها منذ نعومة أظفارهم بما تقدمه لهم من العلوم والآداب وما توفره لهم من الأنشطة الاجتماعية والتعاونية، وبما تقدمه لهم من القدوة الحسنة والمثال الطيب الذى يقتدى به.

وعلى الأسرة المسلمة أن تربى أبناءها على الإيجابية بأن تكلفهم بالقيام ببعض الأعمال، وتحمل بعض المسؤوليات، وقضاء بعض الحوائج حسبما تسمح قدرات الطفل العقلية والجسمية فلا تكلف نفساً فوق طاقتها. وعلى الأسرة أن توفر لأبنائها النماذج الفعلية فى الإيجابية والجدية وتحمل المسئولية. ذلك لأن الأب اللامبالى قلما ينجب طفلاً إيجابياً. وهناك من الأمهات من يخفن على أطفالهن من القيام ببعض الأعمال، ويعد هذا الاتجاه من الناحية السيكولوجية والتربوية والدينية، اتجاهاً خاطئاً. كذلك فإن على رجال الوعظ والإرشاد، والدعاة للإصلاح، كما على الكتاب والمفكرين وأجهزة الإعلام أن تدلى بدلولها فى غرس جذور الإيجابية وترسيخها وتأصيلها فى أعماق الشخصية المسلمة.

سمات الطبيب النفسى المسلم

لا غرو أن مهنة الطب مهنة إنسانية رفيعة، ترتبط بأسمى القيم الخلقية والإنسانية والمثل العليا والتضحية والإيثار والبذل والعطاء الى الحد الذى جعل الأطباء يوصفون بحق، بأنهم ملائكة الرحمة. والتاريخ يحدثنا عن تصدى الأطباء لموجات الأوبئة والأمراض المعدية والفتاكة فى شجاعة وبسالة فى المجتمعات البدائية والقديمة. وكثير ما راح الأطباء ضحية أو شهداء من أجل الحفاظ على أرواح إخوانهم من بنى البشر ولا سيما فى المجتمعات الفقيرة.

وكثير من أطباء العرب كانوا يعالجون مرضاهم بالمجان، بل أنه يروى عن الشيخ الرئيس ابن سينا أنه كان يعالج مرضاه بالمجان، بل إنه كان يعطيهم الملابس، ومصاريف عودتهم الى ديارهم. وما زالت هذه المهنة تضم نخبة ممتازة من أصحاب العلم والخلق. ولكن ظهرت فى الآونة الأخيرة، فى المجتمعات الغربية التى مازال فيها العلاج بالأجر، ظهرت نزعات عند فئة قليلة من أهل هذه المهنة الشريفة جعلتهم يحولون هذه الرسالة المقدسة للطبيب الى تجارة وإتجار، بل أخذوا فى المبالغة فى فرض الأجور الى حد الإستغلال والابتزاز. وسيطر عليهم نوازع الطمع والجشع والرغبة فى الكسب السريع والثراء الفاحش. ومن حسن الحظ أنهم قلة نادرة وأن الغالبية الساحقة من رجال الطب العرب يحاربون هم أنفسهم هذه النزعة ويقاومونها ويدافعون عن الدستور الخلقى لهذه المهنة الإنسانية الراقية.

والطب النفسى واحد من فروع الطب المتعددة، وتنطبق عليه هذه الظروف التى لمسها كاتب هذه السطور بإعتباره أحد الأطباء النفسيين الذين خاضوا تجربته منذ سنوات عديدة وإذا كان الالتزام الخلقى والدينى ضرورة حتمية لكل فروع الطب، فإن الطب النفسى أكثر إحتياجاً للالتزام بالمبادئ الدينية والخلقية، ذلك لأنه يتناول المريض، وقد احتواه الشعور بالبؤس والشقاء. بل إن التعاسة لا تصيب المريض نفسه وحده ولكنها تعم جميع أفراد الأسرة التى يخيم على جوها الاضطراب والقلق، ذلك لأن رعاية المريض النفسى أو العقلى مهمة صعبة.

وبحكم المشاركة الوجدانية والترابط بين أفراد الأسرة، فإن تعاسة أحد أعضائها تنتقل الى بقية الأعضاء يضاف الى ذلك ما للمرض النفسى والاضطرابات العقلية من انعاكاسات سلبية على الحياة الاجتماعية برمتها.

ولقد تطورت أساليب العلاج النفسى، وتعددت مناهجه وتنوعت مدارسه وأدخلت الآلات والمعدات فى مناهج العلاج، وأصبح العلاج يعتمد على الفريق أكثر من إعتماده على شخص واحد بعينه، وذلك لتكامل الخبرات وتضافرها، ولإمكان النظرة العامة للحالة المرضية، ولتبادل وجهات النظر المتباينة. ولكن مهما تعددت مناهجه وتباينت، إلا أن العلاج، فى بيئة إسلامية، لابد وأن تكون له سمات خاصة، ولابد أن يتحلى الطبيب النفسى الذى يعمل على تربة إسلامية بسمات خاصة، ليتمكن من تحقيق رسالة العلاج النفسى على أكمل الوجوه وأطيبها. فإذا كان علم النفس يرمى فى بلاد الغرب بالإلحاد أو البعد عن حظيرة الإيمان، فإن علم النفس الذى يصلح للعمل على أرض إسلامية يجب أن يكون إسلامياً فى منهجه وغاياته ومضمونه. ولابد أن يتمشى مع أمهات الثقافة الإسلامية ومقوماتها الأساسية، تلك الثقافة النابعة من تراثنا الإسلامى الحنيف. بل أن الطبيب الإسلامى المسلم مطالب وليس فقط فى تحقيق الشفاء وتحرير مرضاه مما يعانون من الأمراض والاضطرابات والأزمات، ويعيدهم الى حياة التكيف مع أنفسهم ومع المجتمع الذى يعيشون فيه، بل أنه يعد مصلحاً إجتماعياً وداعية الى الإسلام وشريعته السمحة، ومن هنا كان عليه أن يدعم فى مرضاه تلك المبادئ الإسلامية الصالحة. فيسعى مخلصاً لغرس الإيمان وترسيخه فى قلب المريض وحسه ووجدانه وعليه أن ينمى فيه الشعور بالزهد فى الدنيا ومتاعها ولذاتها، وكذلك الشعور بالرضا والقناعة والورع والتقوى والخشوع لله تعالى، والتواضع. ويهيىء له جو الشعور بالهدوء والاستقرار والسكينة والتوكل والاعتماد على الله تعالى. كما يسعى لتنمية قيم الصدق والأمانة والإخلاص والوفاء والجدية وتحمل المسؤولية والصبر والجلد.

وفى ثنايا العلاج يستطيع أن يشجع مرضاه على الصوم والصلاة والوضوء. ولا

سيما وقد كشفت الدراسات الحديثة عن أهمية الوضوء فى شعور الفرد بالهدوء والاسترخاء والسكينة والطهر والطهارة، ولعل هذا هو الأصل الإسلامى الذى حدا ببعض علماء النفس فى الوقت الحاضر الى استعمال ما يطلقون عليه اسم العلاج باستخدام الماء Water therapy حيث يستحم المريض عدة مرات بالماء الفاتر ويضع نفسه تحت الدش لفترات يحددها له الطبيب النفسى.

وعليه أن يشجع مرضاه للقيام بالحج وإيتاء الزكاة، فضلاً عما لهذه القيم والأنشطة الروحية من قيمة دينية وأخلاقية واجتماعية. فإن لها قيمة علاجية كبيرة. ولقد أسفرت دراسات ميدانية كثيرة عن وجود ارتباط كبير بين الانحراف الخلقى والسلوكى وبين الإصابة بالأمراض النفسية والعقلية. ولعل هذا الارتباط هو أظهر ما يظهر فى حالة الإحداث الجانحين أى المجرمين الصغار Delinquents. ولقد أسفر تحليل العوامل السببية أنها واحدة فى كل من الانحراف الخلقى أو الاضطراب النفسى. فإهمال الوالدين للطفل مثلاً، أو نبذه، وعدم الرغبة فيه، وحرمانه من إشباع حاجاته، والقسوة عليه، قد تقود إما الى المرض النفسى أو إلى الجنوح Delinqueucy.

إن تمسك الطبيب النفسى المسلم بآداب الدين ومبادئه لا يمنع بطبيعة الحال أن يستفيد من مكتشفات العلم الحديث ومنجزاته، وأن يستخدم، فى علاجه أحدث ما توصل اليه العلم ولكنه مطالب أن ينتقى من بين تلك التقنيات ما يتفق مع الدين الإسلامى وأخلاقياته، وما ينمى فى المريض القيم والسمات الإسلامية. بل إن من ينقب فى تراثنا الإسلامى الحنيف ليجد الكثير من الأسس والأساليب التى تصلح للعلاج النفسى، ولتحقيق الشفاء ، من ذلك فكرة الإيمان نفسها وغير ذلك من الأدعية والأحاديث النبوية المشرفة والإرشادات والتعاليم والأنشطة الإسلامية.

وعلى سبيل المثال، لا الحصر، نسوق للقرئ الكريم دعاء رسولنا الكريم ﷺ عند الكروب أو الاكتئاب بلغة العصر «لا إله الا الله العظيم الحليم، لا إله إلا الله رب العرش العظيم، لا إله الا الله رب السموات ورب الأرض ورب العرش

الكريم» متفق عليه. ويروى مسلم أن النبى ﷺ كان يقول هذا الحديث إذا حزبه أى أمر أى نزل به أمر مهم أو أصابه غم كما كان يقول : «يا حى يا قيوم برحمتك أستغيث» رواه الترمذى.

كما كان يقول : «اللهم آتينا فى الدنيا حسنة، وفى الآخرة حسنة، وقنا عذاب النار» رواه البخارى. كما كان يقول : «اللهم رحمتك أرجو فلا تكلنى الى نفسى طرفة، واصلح لى شأنى كله لا إله إلا أنت» رواه أبو داود.

وعند الفزع أو الخوف كان عليه الصلاة والسلام يقول : «أعوذ بكلمات الله التامة من غضبه وشر عباده، ومن همزات الشياطين» رواه أبو داود.

وفى الحقيقة أن الحياة الدينية، عقيدة وسلوكاً، تقود الى التمتع بالصحة العقلية والنفسية بل إن هناك من رجال الغرب من اعترف بهذه الحقيقة كعالم النفس السويسرى كارل جوستاف يونج Jung الذى قرر أنه كان يحقق شفاء مرضاه عن طريق إعادتهم الى حظيرة الإيمان الذى أدى افتقارهم إياه الى وقوعهم فى براثن المرض والاضطراب.

إذا كان هذا هو الحال عند بعض علماء الغرب فما أولانا ونحن أرباب حضارة راقية هى حضارة الإسلام أن نبحث بين طيات تراثنا ونستخرج منه درره وجواهره النفسية ونربى عليها أبناء مجتمعنا. ومن هنا كان الإيمان أحد الأسس القوية التى يستطيع الطبيب النفسى المسلم أن يستخدمه فى إعادة تكيف المريض وتحريره مما يعانيه من الآلام ومن مشاعر البؤس والشقاء السخط والضجر والتبرم. لابد أن يكون للطب النفسى فى بلادنا شخصيته الإسلامية المتميزة.

مدى معرفة أطباء
الإسلام بالتحليل النفسى

هل عرف أطباء الإسلام التحليل النفسى ؟

فضل الحضارة الإسلامية :

ينسب الغرب التحليل النفسى الى سيجمند فرويد Freud، أحد الأطباء النفسيين النمسويين والذى عاش فيما بين عامى ١٨٥٦ - ١٩٣٩ م، وهو ذلك المنهج الذى يستخدم فى علاج الأمراض النفسية والعقلية، والذى ينظر للشخصية الإنسانية نظرة خاصة، ويفسر سلوكها بإرجاعه الى غريزتى الجنس والموت.

ولكن يكشف فحص ما تركه لنا أجدادنا الأطباء المسلمون أو الذين تربوا وترعرعوا فى كنف الإسلام من أرباب الديانات الأخرى، أنهم تعرفوا، قبل فرويد على هذا المنهج واستخدموه فى علاج بعض حالاتهم المرضية.

والواقع أننا، فى هذا العصر، فى أمس الحاجة لكى نعمل، جاهدين، على إحياء تراثنا الإسلامى الأصيل، والكشف عما احتواه هذا التراث من الدرر القيمة والابتكارات الجادة والنظريات والقوانين الأصيلة التى ينسبها الغرب الى نفسه.

ويشهد التاريخ، يوماً بعد يوم، أن للحضارة العربية الإسلامية فضل السبق والتقدم على الحضارة الغربية. فقد عاش المسلمون حضارة راقية اشتملت على كافة ألوان العلوم والمعارف والفنون، فى الوقت الذى كانت تعيش فيه أوروبا فى ظلام حالك حضارياً وثقافياً. وكان لأجدادنا العلماء الفضل فى المحافظة على التراث اليونانى، حيث ترجموه الى اللغة العربية، وفقدت أصوله اليونانية ولم يبق إلا ترجمتها العربية، تلك الترجمات التى نقلت الى أوروبا، فأقامت عليها نهضتها المعروفة.

ولم يكن علماء الإسلام مجرد نقلة أو مترجمين، ولكنهم استوعبوا التراث اليونانى وفهموه وهضموه وأضافوا إليه الكثير وصبغوه بالصبغة الإسلامية. ومن هنا فإن اتهام العقلية العربية بأنها عقلية تحليلية، تحلل الأمور فقط ولا تقوى على التركيب والابتكار، إنما هو اتهام باطل تدحضه الوقائع التاريخية والحقائق العلمية التى تتكشف يوماً بعد يوم، كلما سبرنا أغوار هذا التراث الأصيل والغزير والمتنوع.

وإذا كان العلم يثبت، يوماً بعد يوم، فضل سبق الحضارة العربية الإسلامية فى التعرف على الكثير من الحقائق والنظريات العلمية، فإن حركة إحياء هذا التراث وبعثه من جديد وبث الروح فيه، لا يمكن أن تكون لمجرد الفخر والمباهاة بأننا أهل أرقى حضارة عرفتها الإنسانية قاطبة، ولكن الهدف هو حث شباب هذا الجيل، والأجيال القادمة، على العمل والنضال من أجل إعادة أمجادنا الخالدة وعظمتنا التاريخية حتى تتبوأ أمتنا الإسلامية والعربية مكانتها المرموقة تحت الشمس وحتى يؤمن الشباب أننا نستطيع، كما استطاع أجدادنا القدماء، أن نبنى صرح حضارة إسلامية شامخة نامية ومتطورة، تحمل بين طياتها التمسك بأهداب الفضيلة والإيمان الدينى والقيم الخلقية والروحية الرفيعة ومنجزات العلم الحديث ومكتشفاته ذلك لأنه لا سبيل لبناء القوة والتقدم والرخاء والازدهار إلا بالعودة الى حظيرة الدين الإسلامى الحنيف وتطبيق شريعته السمحة. وإمتلاك ناصية العلم النافع النابع من تراثنا الإسلامى والذى يتفق مع قيمنا الروحية والخلقية والاجتماعية.

أما حضارة الغرب فهى ولا شك حضارة مبتورة عرجاء تقوم على أساس المادة وتقدسها، ولكنها افتقدت أعز ما يمكن أن يمتلكه الإنسان وهو القيم الروحية ولذلك يعيش الإنسان الغربى، فى كنف هذه الحضارة المادية، فى ضياع، فيشعر بالوحدة والعزلة وتحتويه مشاعر الفردية والأنانية، وتسيطر عليه الرغبة فى الكسب المادى. ولذلك فليس غريباً أن تسيطر عليه النزعات الانتحارية، وفى كثير من الأحيان يرتكب جريمة الانتحار بالفعل.

يدل على ذلك ارتفاع معدلات الانتحار فى أبناء هذه الحضارة. وفى معالجة القضية التى نحن بصددهاألا وهى مدى معرفة أطباء الإسلام بالتحليل النفسى يود الباحث أن يستعرض، مع القارىء الكريم، أولاً مفهوم التحليل النفسى الحديث وتطبيقاته فى علاج الاضطرابات النفسية والعقلية والخلقية. ليكون البحث عبارة عن امتزاج ومقارنة بين التراث الإسلامى فى هذه الناحية وبين النظريات الحديثة.

وفى هذا الصدد يعرض الباحث لمنهج إعداد الأطباء فى الإسلام وكيف جمع هذا المنهج بين اكتساب العلم والمعرفة الطبية وبين التحلى بالأخلاق والفضائل والإيمان بالدين وبقيمه. كما يتناول الباحث بالعرض الناقد المنهج الذى استخدمه أطباء الإسلام فى عملية تشخيص الأمراض ومعالجتها وأخيراً نسوق للقارىء الكريم بعض الحالات المرضية الفعلية التى نجح أجدادنا الأطباء فى علاجها وشفائها لتكون نموذجاً حياً للفهم والاستيعاب.

ما هو التحليل النفسى ؟

تقوم نظرية التحليل النفسى التى تنسب الى سيجمند فرويد على أساس افتراض تعوزه الأدلة العلمية والتجريبية بأن الشخصية الإنسانية مكونة من ثلاثة عناصر هى :

١ - الأنا الدنيا Id وهى عبارة عن مستودع دوافع الفرد الغريزية والحيوانية والشهوانية والبدائية الفجة.

٢ - الأنا الوسطى أو الأنا فقط Ego وتسير حسب مبدأ المنطق والواقع وتلتزم بمطالب المجتمع وبقيمه، وتمثل حلقة الاتصال بين الأنا الدنيا والواقع الخارجى.

٣ - الأنا الأعلى Super Ego وهى مستودع المثل العليا والقيم الخلقية، وهى مرادفة للضمير.

تتكون الشخصية، فى نظر التحليل النفسى، من هذه العناصر الثلاثة التى يتعين أن تقوم بينها علاقات وئام وانسجام، وليست علاقات صراع، حتى يحيا

الفرد حياة متكيفة، كما يتعين أن تقوم بين الشخصية، بكل عناصرها، وبين البيئة المحيطة بالفرد علاقة وئام وانسجام أيضاً. هذا فيما يتعلق بفكرة التحليل النفسى عن بناء الشخصية، أما عن كيفية تفسير هذه النظرية لسلوك الإنسان، فإنها ترجعه كله الى غريزتين Instincts اثنتين هما :

١ - غريزة الحياة أو الغريزة الجنسية، وهى المسؤولة عن كل مظاهر البناء والحب والتفاهم والتكاثر فى الحياة، وهى المسؤولة كذلك عن مظاهر الفن والعلم والابتكار والإبداع.

٢ - غريزة الموت Death instinct وهى المسؤولة عن مظاهر الحرب والتخريب والتدمير والعدوان فى نشاط الإنسان بل هى المسؤولة عن قتل الإنسان لنفسه.

ولقد أخطأ فرويد عندما أرجع السلوك الإنسانى، بما يمتاز به من التنوع والعمق والتعقيد، الى عاملين اثنين هما غريزتا الحياة والموت. كذلك فقد أخطأ فرويد عندما أعطى أهمية كبيرة للعامل الجنسى فى تفسير السلوك الإنسانى، بل لقد أخطأ فرويد فى فهم الطبيعة الإنسانية حين شكك فى الحب كقيمة خلقية وروحية بين الابن والأب وبين البنت والأم، حين فسر بعض مظاهر هذا الحب بإرجاعه الى عقدة أوديب فى حالة الذكر والكترا فى حالة الأنثى Oedipus complex., Electra complex.

وينسب الى نظرية التحليل النفسى اكتشاف منطقة مظلمة ومجهولة وغير مرتادة فى الشخصية الإنسانية وهى اللاشعور أو الدوافع اللاشعورية Unconscious motivations حيث يفترض أنه يكمن فيها خبرات الفرد المنسية أو المكبوتة أى التى خضعت لعملية الكبت Repression وكذلك دوافعه ورغباته الشاذة والتى تجافى الأخلاق وقيم المجتمع.

فاللاشعور مستودع الدوافع العدوانية والحيوانية والشهوانية الفجة والبدائية التى يعافها الذوق السليم والقيم الخلقية. كذلك فإن خبرات الفرد المؤلمة أو المحزنة أو المخزية شرعان ما يحتويها النسيان بين طياته فتترسب فى أعماق الذات الشاعرة

الى منطقة اللاشعور، ولكن نسيانها لا يعنى انعدامها أو موتها، إنما تظل حية تنتظر الفرصة المؤاتية لكى تفلت من رقابة الوعى والضمير وتخرج الى حيز الوجود فى شكل أمراض نفسية أو عقد أو فى شكل زلات اللسان والقلم أو فى شكل الأحلام الليلية والنهارية، أو في شكل النسيان.

تقنيات الجلسات :

ويساعد على الكشف عن مكنونات اللاشعور ومحتوياته ما يعرف باسم التداعى الحر أى تداعى الأفكار Free Association. حيث يستلقى المريض على أريكة مريحة، ويجلس المعالج خلف رأسه، ويطلب منه أن يترك أفكاره تنساب انسياباً حراً طليقاً دون توجيه أو رقابة، فيصف كل ما يمر أو كل ما يهبط أو كل ما يطفو على خاطره مهما كان غريباً أو شاذاً أو سخفياً أو تافهاً أو مفككاً أو مخزياً أو محرجاً، دون خجل أو حياء.

ويتمكن المريض من الإفصاح عن هذه المادة المكبوتة أو الحبيسة وإطلاق سراحها، وذلك عندما تضعف رقابة الضمير أو الوعى الذى يمنع الإنسان من ذكر كل ما يجرح كبرياءه أو ينال من حيائه، فالتحليل النفسى يستهدف الكشف عن محتويات اللاشعور أى الرغبات والخبرات المنسية المكبوتة. وإخراج هذه الخبرات الحبيسة الى السطح وتعرف المريض عليها وإدراكها إدراكاً موضوعياً يساعد على تحقيق الشفاء. ويقف المحلل من المريض ومن رغباته وانفعالاته موقف القبول والتسامح، وبذلك يتحقق الشفاء عبر عدد من الجلسات التى يتمكن بها المريض من الإفصاح عن آلامه الشعورية واللاشعورية. ويستهدف العلاج التحليلى الحديث إعادة بناء الشخصية على أسس تؤدى الى زيادة قدرة الفرد على إيجاد إشباع لحاجاته الذاتية بطرق مقبولة بالنسبة لنفسه وبالنسبة للعالم الذى يعيش فيه، وتحريره بحيث ينمى قدراته.

أسس العلاج التحليلى الحديث :

يقوم العلاج التحليلى على أساس عدة مفهومات رئيسية نجملها فيما يلى :

١ – الحتمية النفسية، بمعنى أن ظواهرنا النفسية ليست وليدة الصدفة أو العفوية أو العرضية، وإنما هى تخضع لمبدأ العلية أو السببية كظواهر الطبيعة تماماً. ويعنى هذا أنه يوجد تفسير عقلى لظواهر الأحلام والخيالات والأوهام والزلات.

٢ – الكبت واللاشعور. ويعنى هذا المبدأ أن هناك بعض العمليات العقلية التى لا نشعر بها ولا نعيها، وخاصة الرغبات والصراعات التى تترسب إلى أعماق اللاشعور عن طريق الكبت، وغيره من العمليات الدفاعية واللاشعورية.

وإلى جانب هذا يعتمد العلاج التحليلى على عملية التداعى الحر لأفكار المريض، وبذلك يستطيع أن يسترجع كل خبراته الماضية، بما فى ذلك خبرات الطفولة. ولكن يعوق ذلك الانسياب الحر ما عبر عنه فرويد بإسم عملية المقاومة Resistance ويقصد بها مقاومة المريض ورفضه كشف «عورة» ذاته والإفضاء بأسراره أمام المعالج، ذلك لأن الإنسان يرفض الاعتراف بكل ما ينال من ذاته. وبعد أن يفصح المريض عن أفكاره المكبوتة يساعده المعالج فى تفسير حالته أو تأويلها Interpretation وفى ثنايا عملية التحليل، قد يقوم المريض، على المستوى اللاشعورى بتحويل Transfrence مشاعره سواء كانت مشاعر حب أو عدوان من موضوعها الأصلى كالأب أو زوجة الأب تحويلها من ذلك الى المحلل، فيشعر نحوه إما بالحب أو بالكراهية، ويعتقد أنه هو السبب فى مأساته. ثم يقوده المعالج ويساعده الى تفريغ أو تصريف Abreaction انفعالاته، وتطهير Catharsis ذاته وتحريرها من كل ما فيها من الأفكار المؤلمة وتشبه هذه العملية عملية التنظيف الانفعالى Emotional clearing. وتساعد فى شعور المريض بالراحة Relef والتحرر والتخلص من الآلام، ويساعد فى ذلك ما يسمى بعملية الاستبصار Insight أى فهم المريض لحالته فهماً علمياً وموضوعياً سليماً.

نقد نظرية فرويد :

هذا هو مجمل نظرية التحليل النفسى وتطبيقاتها فى مجال العلاج، وينسبها الغرب الى عالم النفس النمسوى واليهودى الأصل سيجمند فرويد، الذى عاش

حتى أوائل هذا القرن. ولقد بنى نظريته على أساس خاطئ، وهو اعتماده على المرضى والشواذ من بين الذين ترددوا عليه للعلاج. وما يستمد من المرضى والشواذ لا يمكن تطبيقه وتعميمه على السواد الأعظم من الناس، وهم أسوياء وأصحاء كذلك فإن ما شاهده فرويد فى حقبة معينة من التاريخ هى أواخر القرن التاسع عشر وأوائل القرن العشرين، ومن عينة خاصة هى الطبقة الاجتماعية الوسطى فى مجتمع معين هو المجتمع النمسوى لا يمكن تطبيقه وتعميمه على جميع المجتمعات وفى مختلف العصور التاريخية.

يضاف الى ذلك أن فرويد بحكم خلفيته اليهودية وما كان يشعر به من العزلة والاضطهاد وكراهية شعوب العالم لليهود قد نزع الى التشكيك فى القيم الروحية والدينية والخلقية وفى عواطف الحب والتعاطف والتراحم. ولذلك فإن أعماله ليست إلا انعكاساً لحياته الشخصية والعائلية أكثر من كونها نتاجاً لعمل علمى يعتمد على التجربة والقياس والملاحظة الموضوعية الدقيقة، ولذلك لم يكن غريباً أن تعجز أراؤه عن الصمود أمام التجريب العلمى، يضاف الى ذلك أن المتأمل فى تراثنا الإسلامى يلمس أن الأطباء المسلمين والعرب قد اهتدوا الى فكرة اللاشعور والى عملية التحليل قبل أن يهتدى إليها سيجمند فرويد بمئات السنين.

منهج إعداد الأطباء فى الإسلام :

لقد حرص المسلمون على تربية أطبائهم وإعدادهم وفقاً لمنهج نستطيع أن نصفه بالشمول والتنوع والموضوعية والدقة والبعد عن الشعوذة والسحر والدجل والخرافة. فإلى جانب مطالبة الطبيب بالإلمام بفنون الطب والصيدلة والتشريح كان يتعين عليه أن يكون مؤمناً بالله العظيم وبرسوله الكريم وبالقيم الروحية.

وكان يتعين عليه أن يكون متمسكاً بالفضائل الأخلاقية والمثل العليا. ويحدد المسرقندى أهداف مهنة الطب بأنها حفظ الصحة فى بدن الإنسان حاصلة وتستردها زايلة وبها يزداد الجسم، بطول الشعر وصفاء البشرة وطيب الرائحة والنشاط.

ويتضمن هذا التعريف نشاط الفرد وحيويته وطيب رائحته وصفاء لون البشرة،

مما يعد مؤشراً لتشخيص حالة الأصحاء والمرضى. ويلتزم الإسلام بتعليم أطبائه التمسك بالخلق، فعلى الطبيب أن يكون رقيق الخلق حكيم النفس جيد الحدس Intiution. ويقصد بالحدس هبوط الفكرة الصائبة الطفرية أو الفجائية. وعلى حد قول السمرقندى الحدس سرعة الانتقال من المجهول الى المعلوم. وعلى الطبيب، فى إطار الثقافة الإسلامية، أن يعرف شرف النفس الإنسانية. ومعنى ذلك أن يؤمن بكرامة الإنسان وبقيمته، وأنه أشرف المخلوقات جميعاً. وهو مدعو لتعلم علم المنطق، وهو الذى يساعده على صحة استدلالاته وصوابها ودقة استنتاجه أو استنباطه لأن المنطق يشرح قواعد التفكير السليم «كما أنه لا يكون الحدس ما لم يكن مؤيداً بالتأييد الإلهى». والحدس الجيد ضرورة للطبيب كى يستدل على معرفة المرض من بعض الشواهد والملاحظات كحركة النبض وهو حركة الانقباض والانبساط وما بينها من سكون. ويصف السمرقندى النبض ويقول إن له عشرة أجناس. كذلك فإن التأييد الإلهى يساعد الطبيب على معرفة دلائل التفسير أى البول الذى يستدل الطبيب منه ومن لونه ومن رسوبه على حالة المريض. ومعرفة المنطق تساعد الطبيب على معرفة العلة وإذا لم يعرف العلة فإنه لا يصيب فى العلاج، ويوضح ذلك السمرقندى بقوله إن المرض جنس، والحمى والصداع والهذيان والحصبة واليرقان أنواع.

الجنس
المرض
أنواعه

الحمى — الحصبة — الصداع — الزكام — الهذيان — اليرقان

وكل مرض من هذه الأمراض يختلف عن غيره. والمرض نفسه منه أنواع متعددة فهناك حمى الفوم وحمى الغب وحمى شطر الغب وحمى الريح. وكل

نوع من هذه الحميات يختلف عن غيره بخاصية ذاتية «فإن كان الطبيب يعرف المنطق، وكان حاذقاً، وعرف نوع الحمى ومادتها، مركبة أو مفردة، سارع الى العلاج. فإن حار فى معرفة العلة فإنه يتجه الى الله عز وجل ويستعينه وكذلك يتجه إليه إذا عجز عن العلاج ويسألة المدد فإليه مرجع كل شيء.

ولقد كان القدماء يعتمدون على إعداد الطبيب المسلم إعداداً دينياً وفكرياً وعلمياً ومهنياً ويطالبونه أن يكون واسع الاطلاع مسلحاً بالحكمة والمنطق. ونحن فى العصر الحديث فى جامعاتنا العربية مازلنا نسعى لتحقيق مثل هذا التكامل فى إعداد أطبائنا. وهناك من يدعو إلى إدخال قدر من العلوم الإنسانية لما لها من أهمية فى صقل حس الطبيب ووجدانه وسعة أفقه وإلمامه بالطبيعة البشرية للفرد الذى يتعامل وإياه مستهدفاً تحقيق شفائه وسعادته.

إستخدام أطباء الإسلام للتحليل النفسى فى العلاج :

لقد برع أطباء الإسلام فى علاج مرضاهم واستخدموا أساليب مختلفة فى برء مرضاهم، بلغت مبلغاً كبيراً من الدقة والمهارة وإجراء الجراحات الدقيقة. ولكن الذى يهمنا، فى هذا البحث، هو الأساليب التى استخدموها ذات الطابع التحليلى أو النفسى. وكتب التراث الطبى حافلة بالحالات التى تبرهن على مهارة أطباء الإسلام وسعة أفقهم وتقديرهم للعوامل والظروف النفسية فى نشأة المرض وفى علاجه.

من هذه الحالات أن أحد مشاهير نيسابور أصيب فى سنة ٢٠٥ هـ بالفولج فإستدعى لعلاجه الإمام أبو بكر الدقاق، ففحصه وأخذ فى علاجه واستخدم كل ما استطاع لعلاجه، ولكن المريض لم يشف البتة، ومضى على ذلك ثلاثة أيام، فتركه يائساً معتقداً أنه سيموت فى منتصف الليل. واستولت هذه الوسائس على الطبيب طول الليل.

وفى الصباح صعد الى سطح منزله، فلم يسمع صراخاً ينبىء بوفاته فقرأ الفاتحة ودعا الله سبحانه وتعالى قائلاً : «إلهى وسيدى ومولاى إنك قلت فى

الكلام المبرم والكتاب المحكم» ﴿وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين﴾ (الإسراء ٨٢) . ثم توضأ وصلى السنة، فإذا برجل يقرع الباب ويبشره بأن مريضه قد شفي.

وهكذا يؤثر إيمان الطبيب وإخلاصه فى شفاء مرضاه ولذلك دعا القدماء أن يكون الطبيب حسن الاعتقاد، وأن يعظم أوامر الشرع ونواهيه. فللعوامل النفسية، أثر لا عند المريض فحسب، وإنما عند الطبيب كذلك تأثيرها فى تحقيق الشفاء. وإلى جانب دعوة القدماء للطبيب للتحلى بقيم الإيمان الراسخ فإنهم كانوا يدعونه أن يحصل فى علم الطب، وأن يدرس مؤلفاته وكتبه ومراجعه. ومن ذلك أنه كان ينصح بقراءة كتب الطب ومؤلفاته ومراجعه الأساسية مثل كتاب «المسائل فى الطب للمعلمين» لمؤلفه حنين بن إسحاق وكتاب «الفصول فى الطب» لمؤلفه محمد بن زكريا الرازى، ويعرف هذا الكتاب بإسم المرشد ولقد تمت ترجمته الى اللغة اللاتينية سنة ١٥٠٠ م فى مدينة البندقية. وكان عليه أن يقرأ كتاب شرح النيلى الذى أجمل فيه مؤلفه هذه المؤلفات، ولأبى سهل بن عبد الغزيز النيلى شهرة عظيمة بصناعة الطب ومن مؤلفاته «اختصار كتاب المسائل لحنين» وتلخيص شرح جالينوس لكتاب الفصول لبقراط. وعلى الطبيب أن يطالع هذه الكتب وغيرها على يد أستاذ مخلص. وكان بعض أطباء الإسلام يجمع بين صناعة الطب وبين الأدب والشعر. وكان على الطبيب أن يقرأ كتب الطب وعلى وجه الخصوص الكتب الآتية :

١ – دخيرة ثابت بن قرة.
٢ – كتاب المنصورى فى الطب لمؤلفه محمد بن زكريا الرازى.
٣ – كتاب الهداية لأبى بكر الأجوينى.
٤ – كتاب الكفاية لأحمد بن فرج.
٥ – كتاب أغراض الطب لمؤلفه زين الدين إسماعيل بن حسن الحسينى الجرجانى.
٦ – كتاب الحاوى فى الطب لمحمد بن زكريا الرازى، ويعرف هذا الكتاب أيضاً

بإسم الجامع الحاضر لصناعة الطب.

٧ - وكتاب الكامل، ويعرف باسم كتاب كامل الصناعة الطبية من مؤلفات على بن العباسى الأهوازى الأرجانى المتوفى ٣٨٤ هـ ولقد طبع فى البندقية ١٤٩٢ م، كما طبع فى القاهرة ١٨٧٧ م، وهو طبيب مسلم على الرغم من أن اسمه المجوسى.

٨ - كتاب المائة فى الطب أو المائة مقالة لأبى سهل عيسى بن يحى المسيحى الجرجانى الذى ولد فى جرجان، وتعلم فى بغداد، وهو أحد أساتذة ابن سينا.

٩ - كتاب القانون فى الطب لأبى على بن سينا.

١٠ - كتاب الذخيرة للخوارزمى وهو كتاب فى جميع فروع علم الطب.

وعلى الرغم مما يذهب إليه بعض المؤرخين من القول بأن كتاب القانون يغنى عن كل هذه الكتب، إلا أن الطبيب كان ينصح بالإطلاع على التراث. فلقد قيل فى وصف كتاب القانون أنه يحتوى على كل ما يحيط فى علم الطب «ولو بعث بقراط وجالينوس الى الحياة لحق لهما أن يسجدا لهذا الكتاب».

ويدلنا هذا على أن إعداد الطبيب المسلم لم يكن قاصراً على قراءة كتاب واحد، وإنما كان ينصح ويوجه نحو قراءة العديد من المؤلفات الطبية، وهو ما نعجز عن إقناع طلابنا فى الوقت الحاضر بعمله إذ يكتفى الطالب بكتاب واحد وربما بقطوف معينة من كتاب معين. وكان ينصح الطبيب بأن يراجع الكتب والمراجع بين الحين والحين، لأنه لا يجوز الاعتماد على الحافظة أو الذاكرة وحدها. ومؤدى هذا أن القدماء عرفوا ما يعرف اليوم بإسم المقررات المنشطة ليكون الطبيب على علم بآخر تطورات علمه وفنه ولذلك كان ينصح الطبيب بقراءة بعض الكتب المتخصصة مثل كتاب «الكفاية» لابن مندويه الأصفهانى وهو أبو على أحمد بن عبد الرحمن بن مندوية من مشاهير أطباء القرن الرابع الهجرى والذى اشتغل فى بيمارستان بغداد الذى أسسه عضد الدولة. ويعرف هذا الكتاب أيضاً بإسم «الكافى فى الطب». كما كان ينصح بقراءة كتاب «تدارك الخطأ فى

التدبير الطبى» لأبى على بن سينا وقد تمت طباعة هذا الكتاب سنة ١٣٠٥ هـ باسم «رفع المضار الكلية عن الإنسانية بتدارك أنواع خطأ التدبير» وذلك على حاشية كتاب «منافع الأغذية ودفع مضارها» لمحمد بن زكريا الرازى، وطبع فى بولاق بمصر وكتاب «خفى علائى» وهو كتاب مختصر فى الطب بالفارسية ألفه زين الدين إسماعيل بن الحسن الحسينى الجرجانى، وهو عبارة عن مختصر لكتابه «ذخيرة خوارزمى شاهى». «علائى» نسبة الى علاء الدولة. وخفى نسبة الى الخف، «وكتاب التذكرة» وهو كتاب مختصر فى علم الطب ألفه أيضاً زين الدين إسماعيل بن الحسن الحسينى الجرجانى.... إلخ.

بعض الحالات المرضية كدليل على تطبيق التحليل :

ويحدثنا التاريخ أن أحد أقرباء المأمون قد أصيب بالإسهال فاستدعى المأمون الطبيب المعروف باسم بختشوع لعلاجه، وجرب معه كل ألوان العلاج وضروب الدواء، ولكن دون جدوى «فشعر بالخجل والحياء لعجزه عن إتمام الشفاء» فقال له المأمون : لا تخجل، فلقد عملت ما فى جهدك، فشجعه هذا القول على أن يجرب آخر حيله، وكان المريض يتبرز أكثر من خمسين مرة فى اليوم، فأعطاه بختشوع مسهلاً فزاد الإسهال يوم تعاطاه، ولكنه انقطع فى اليوم التالى، وكانت مادة الإسهال تستخرج من الدماغ، وكان موت المريض متوقعاً فقبل الطبيب هذه المخاطرة متوكلاً على الله ومستعيناً بعنايته. ويروى الشيخ الرئيس أبو على ابن سينا فى كتاب «المبدأ والمعاد» فى معرض حديثه عن إمكان وجود أمور نادرة عن النفس حالة جارية فى أحد قصور ملوك السامانيين كانت عاجزة عن الانتصاب، وكانت حظية عند الملك، فطلب من الطبيب علاجها فى الحال وعلى كل حال. ولم يكن عند الطبيب تدبير يشفى بلا مهلة فلجأ الى التدبير النفسانى فأمر أن يكشف شعرها فما أغنى، فأمر أن تكشف بطنها فما أغنى، فأمر أن تكشف عورتها فنهضت فيها حرارة قوية أتت على الريح الحادثة تحليلاً فارتحفت سليمة مستقيمة.

ومؤدى هذه الحالة والأسلوب الذى استخدم فى علاجها بالمفهوم الطبى

الحديث، أن الطبيب أدرك أن هناك عوامل نفسية تكم وراء عجز هذه الجارية عن الانتصاب، وأن محاولة كشف عورتها كانت بمثابة الصدمة الكهربائية التى تستخدم الآن لتحريك المخ وتنشيطه وإيقاظ الجهاز العصبى.

ويحدثنا تاريخ الطب فى الإسلام أن الأمير منصور بن نوح بن نصر أحد ملوك السامانيين قد أصيب بمرض مزمن أقعده عن الحركة، وقد عجز الأطباء فى علاجه، فأرسل الى محمد بن زكريا الرازى لكى يحضر لمعالجته فعبر نهر جيون وحضر الى بلاط الملك فى بخارى وحاول علاجه، ولكن دون جدوى، فلجأ الى حيلة نفسية، بأن حمل الأمير الى حمام نهر جيجون خارج القصر، ووضع الأمير فى وسط الحمام وصب عليه ماءاً فاتراً ثم أعطاه شراباً، وانتظر فترة حتى تنضج الأخلاط فى مفاصله، ثم أخذ فى سب الأمير وقذفه وتوجيه الشتائم إليه فغضب الأمير غاية الغضب ونهض على ركبتيه فأخرج الرازى سكيناً وهدده بها فنهض الأمير قائماً غضباً. فلما رأى ذلك الرازى خرج من الحمام وفر هو وخادمه هاربين حتى وصل مرو حيث كتب للأمير يشرح له أسلوبه فى العلاج بأنه لجأ الى العلاج النفسانى، وأنه تعمد إثارة غضبه حتى يساعد الغضب فى إذكاء الحرارة الغريزية، وكان الأمير قد عرف من تلقاء نفسه قصد الرازى.

ويشبه وضع الرازى الماء الفاتر على جسم الأمير ما يعرف اليوم باسم العلاج عن طريق الماء Water Therapy . حيث يأخذ المريض بعض الحمامات الساخنة والدافئة والتى ثبت أنها تساعده على الاسترخاء. كما تكشف هذه الحالة عن إدراك الأطباء المسلمين لأثر العوامل النفسية كثورات الغضب أو الانفعال أو الإثارة فى تحقيق الشفاء وتشبه هذه الحالة أيضاً الصدمات الكهربائية المستخدمة اليوم.

ويروى عن الشيخ الرئيس ابن سينا أنه عالج أحد أقرباء قابوس بن وشكير ملك جرجان بعد أن حار الأطباء فى علاجه، ولم تشف علته فذهب أبو على فرأى المريض شاباً غاية فى الجمال منسق الأعضاء، ولكنه نحيل ومضنى فجس ابن سينا نبضه وفحص بوله، ثم طلب رجلاً يعرف غرفات جرجان ومحلاتها كلها

فأحضروا له ما أراد فوضع أبو على يده على نبض المريض وأمر الرجل بأن يذكر محلات جرجان فأخذ الرجل فى ذكرها حتى إذا بلغ اسم محلة معينة تحرك نبض المريض حركة عجيبة. فطلب أبو على ذكر شوارع هذه المحلة فذكرها الرجل، ولما بلغ شارعاً معيناً عادت حركة النبض عجيبة. فطلب أبو علي ذكر بيوت هذا الشارع فذكرت حتى إذا جاء إسم بيت منها تحرك النبض حركة، وصفها ابن سينا بأنها بلا نظام البتة كنبض أصحاب الهموم، فطلب أبو على ذكر أسماء أهل البيت حتى إذا ذكر اسم منها حدثت نفس الحركة فى نبض المريض.

فأدرك ابن سينا أن هذا الشاب عاشق لفلانة بنت فلان وإن دواءه الوصال بتلك الشابة وعلاجه رؤيتها. ولما سمع ذلك المريض خجل وأخفى وجهه بالوسادة. ولقد أدرك ابن سينا أن علة الشاب تكمن فى العشق، ولقد كتم هذا الشاب سره، ولو أنه سأله صراحة لأخفى عليه هذا السر. ثم اعترف المريض بعشقه وتبين أن العاشق والمعشوق كلاهما ولدا لأختى الأمير وهما ولدا خالة وقد تم زواجهما ونعم الشاب بالشفاء التام. وكانت هذه الحالة قد أصابت المريض بالذبول لشدة العشق ولقد استدل ابن سينا من هذه الحالة على طاعة الطبيعة الجسمية للأوهام النفسانية. ومؤدى هذه الحالة أن الأطباء المسلمين قد أدركوا ما يعرف اليوم باسم «الأمراض السيكوسوماتية» Psychosomatic disorders وهى الأمراض التى تنشأ من عوامل نفسية واجتماعية كالضغوط والتوترات والانفعالات الحادة والحزن والقلق، وتتخذ أعراضها شكلاً جسمياً أو بدنياً ومنها الربو والقرح وضغط الدم والسكر والصداع النصفى والسمنة وبعض الأمراض الجلدية وبعض أمراض الفم والأسنان وفقدان الشهية.

كما تكشف هذه الحالة عن معرفة القدماء لما يعرف اليوم باسم التحليل النفسى Psychonalysis الذى يستهدف معرفة أسرار المريض وآماله وآلامه الدفينة التى لا يرغب، بصورة واعية وشعورية، فى الاعتراف بها. فقد حاول الرئيس أبو على الاستدلال عليها بالاعتماد على النبض، ونحن نعتمد اليوم بالعمل على إغفاء وعى المريض وضميره حتى يفصح عن محتويات اللاشعور عنده، وهو تحت

التنويم المغناطيسى أو التخدير المبسط أو من خلال تحليل أحلامه ورسوماته وما إلى ذلك من الأساليب الخفية والمقنعة، كأن نطلب منه أن يؤلف لنا قصة صغيرة، أو يشرح لنا صورة غامضة ويروى حولها قصة ما. وهو يعبر من خلال هذه الأعمال عن حالته هو دون أن يعى ذلك. وتعرف هذه الأساليب فى التشخيص النفسى الآن بالأساليب الإسقاطية Projective Techniques ومنها إختبار بقع الحبر واختبار تفهم الموضوع واختبار الأصوات الخافتة.... إلخ.

ويروى عن على بن العباسى المجوسى الأهوازى الأرجانى صاحب كتاب «كامل الصناعة الطبية» أنه عالج حمالاً من حالة شديدة من الدوار باستفراغ كمية كبيرة من الدم الفاسد من دماغه. ويحوى التاريخ الطبى الإسلامى حالة مؤداها أن أحد أعزة بنى بويه قد أصيب بالماليخوليا وهى حالة مزمنة حار الأطباء فى علاجها. وقد فسرها الأطباء القدماء بأنها ترجع الى زيادة السوداء فى دم المريض. ولقد خيل لهذا المريض أنه صار «بقرة» وأخذ فى الصياح.... اذبحونى ... اذبحونى.... فإن لكم فى لحمى هريسة طيبة» ولقد امتنع عن تناول الأطعمة كلية، ومرت به الأيام حتى ذوى. وكان الشيخ الرئيس فى ذلك يعتلى منصب الوزارة وأمور الدولة كلها بين يديه. وكان يستيقظ مبكراً فيؤلف بعضاً من كتبه ثم يجتمع بتلاميذه ثم يصلى بهم. وإذا أصبح الصباح سار فى موكب من ألف من الفرسان الى ديوان الوزارة حيث يأخذ فى تصريف أمور الدولة ومقابلة أصحاب الحوائج والعرائض. ورغم عدم اتساع وقت الرئيس إلا أنه قبل معالجة هذا الشاب وقال اخبروه أن القصاب آت لكى يذبحه وفعلاً أعد سكيناً كبيرة وقال أين هذه البقرة حتى أذبحها فعمل المريض خوار البقرة، وبعد أن أوثقوا يديه ورجليه فى فناء القصر، سن الرئيس السكين على سكين أخرى وتفحص المريض وقال : يا لها من بقرة هزيلة إنه لا يحل ذبحها اعلفوها حتى تسمن، ثم أمر بإعطائه ما يطلب من الطعام ومن الأشربة، واستمرت معالجته حتى تم شفاؤه تماماً.

ولعل التغذية الجيدة والاهتمام المعنوى بالمريض والإذعان لمطالبه تكمن وراء

أسباب علاج هذه الحالة.

ويذكر أن أحد أطباء الإسلام شاهد قصاباً يسلخ الشاة ويستخرج الدهن من بطنها ويأكله نيئاً فتنبأ بأن هذا القصاب سوف يصاب بالسكتة القلبية، وفعلاً أصيب هذا الرجل، وظن أهله أنه قد فارق الحياة، ولكن الطبيب ذهب إليه وعالجه، وقد استعاد وعيه وعاش، ولكنه أصيب بالشلل من جراء هذه الوعكة، الناتجة عن تناول الدهون، ولقد بلغت مهارة الأطباء المسلمين أنهم كانوا يعرفون من بول المريض نوع الطعام الذى تناوله، فإذا تناول المريض المخللات أو التوابل مثلاً تعرف عليها الطبيب من فحص بوله.

ومما يدل على إدراكهم لأثر العوامل النفسية أن الفضل بن يحى البرمكى أصيب فى صدره بأعراض البرص فتضايق جداً وشعر بالحرج من هذه العلة، وحاول إخفائها عن الناس، واستدعى طبيب يقال له جانيلق وأخذ فى معالجته بالطرق المعتادة، ولكنها لم تجد، فقال للفضل «مولاى، قد قمت بما وجب من علاج فلم يؤثر قط فلعل الولد غاضب عليك فارضه حتى أرفع عنك علتك» فذهب الفضل لوالده وطلب منه العفو والرضا ثم قدم له الجانليق ذات العلاج فتم شفاؤه.

وتكشف هذه الحالة عن إلمام الأطباء المسلمين بما يعرف اليوم بإسم «الأمراض الوظيفية» Functional disorders وهى تلك الأمراض التى تصيب فيها العلة وظيفة العضو؛ فتتعطل أو تختل هذه الوظيفة، بينما يكون العضو نفسه، من الناحية الجسمية، سليماً، كأن يصاب الإنسان بالعمى الهستيرى وتعجز عيناه عن الرؤية، بينما تكون العين نفسها وأجزاؤها سليمة تماماً. وتؤكد هذه الحالة مرة أخرى أثر العوامل النفسية فى حدوث المرض وفى شفائه فى نظر القدماء.

خاتمة

وبعد هذه الصورة العابرة لعبقرية العقلية الإسلامية وما امتازت به من الدقة والموضوعية فى إعداد الأطباء وتأهيلهم، واتساع إحاطتهم بفنون الطب وعلومه الى جانب التمسك بالقيم الإسلامية فى الإيمان والخلق والفضيلة والأمانة فقد رأينا أن منهج إعدادهم يتسم بالتنوع والشمول والإلمام بالحكمة والمنطق والاطلاع على العديد من الكتب والمراجع مع مداومة الاطلاع واستمراريته. والاعتماد فى التشخيص على الملاحظات الدقيقة للبول والبراز ونبض الدم ولون البشرة وما إلى ذلك، وإعتماد العلاج على أكثر من أسلوب من بينها الغذاء الجيد والملائم. وفوق كل هذا إدراك ما للعوامل النفسية من تأثير فى حدوث الحالات المرضية وفى شفائها، ومحاولاتهم الكشف عما يضير الإنسان من مشاعر وأفكار وآلام وأسرار، والاعتماد على ما يشبه الصدمات الكهربائية فى وقتنا الحاضر، ومساعدة المريض على الإفصاح عن مكنونات ذاته، واستخدام الماء فى العلاج والتعرف على الأمراض الوظيفية والاضطرابات السيكوسوماتية.

ولا شك أن لهم فضل السبق فى هذه الجوانب الهامة من الحياة العقلية للإنسان، فما أحرانا أن نقتدى بهم ونتأسى بأخلاقهم ونحن نبنى أمتنا الإسلامية الناهضة.

الفصل الخامس
مناهج العلاج النفسى
العلمى الحديث

* الأسس التجريبية للعلاج النفسى.
* مضادات القلق السلوكية.
* سبيل علاج السلوك المضاد للمجتمع.
* أصول العلاج النفسى السلوكى.
* أضواء على منهج العلاج النفسى السلوكى.

الأسس التجريبية للعلاج النفسى

الأمراض النفسية سلوك متعلم :

كانت الاتجاهات الدينامية أى «التحليليلة» المنحدرة من مدرسة التحليل النفسى [1] ، تستهدف فهم الظروف الشعورية واللاشعورية من خلال عمليات الاستنتاج أو الاستدلال وذلك بغية علاج الأمراض النفسية. ولكن الاتجاهات السلوكية [2] تركز على الدراسة الموضوعية لسلوك العميل أو المريض، وعلى عملية التعلم وخاصة فى وضع أو صياغة الفروض الخاصة بعمليات الارشاد والعلاج [3] . وحيث أن أصحاب هذا الاتجاه السلوكى يركزون اهتمامهم على السلوك فإن غايتهم الأولى هى التعرف على كيفية تعلم هذا السلوك أو كيفية اكتسابه، وأعنى بذلك السلوك المعتل أو المرضى. ذلك لأنهم يعتقدون أن الأمراض عبارة عن عادات سلبية مكتسبة أو متعلمة كغيرها من أنواع السلوك الأخرى المتعلمة.

كيف اكتسب الطفل مثلاً عادة الخوف الشاذ والمرضى من المدرسة أو من الكلاب أو من روية الظلام، أو من روية الدم وما الى ذلك ؟ كيف اكتسب الطفل هذه العادات السلبية وكيف يمكن تعديلها أو تغييرها أو محوها وازالتها ؟

ويحدد أصحاب هذه النزعة السلوكية أهداف العلاج أو الارشاد فى عبارات يمكن ملاحظتها أو مشاهدتها أو اخضاعها للقياس والتجريب. من هذه الأهداف

---

(١) المدرسة التحليلية أسسها سيجمند فرويد ومن مبادئها اكتشاف اللاشعور ومحتوياته ودوافعه وتأثير ذلك على السلوك والقول بأهمية مرحلة الطفولة الباكرة فى حياة الراشد الكبير.

(٢) المدرسة السلوكية أسسها جون واطسون وتنظر للسلوك نظرة آلية ميكانيكية وتنكر الشعور واللاشعور والدوافع وتبسط السلوك وتفسره بقانون بسيط هو (م - س).

(٣) الارشاد والعلاج كلاهما من تقنيات العلاج وان كان هناك فرق بينهما فى اختصاص العلاج بالأمراض والأعراض والمشاكل المعقدة أو الشديدة، أما الارشاد فينصب على المشاكل البسيطة.

التى سعى العلاج السلوكى الوصول اليها :

أهداف العلاج النفسى :

أ – تعديل أو تغيير وازالة السلوك السىء أو التكيف السىء.
ب – تعليم العميل كيفية اتخاذ القرارات أو عملية اتخاذ القرارات.
جـ – منع ظهور المشكلات.

وقد تختلف هذه الأهداف من عميل الى آخر، ولكنها تتمشى مع قيم المعالج أو المرشد فى العلاج، هذه الأهداف تصاغ بصورة محددة، ويمكن للملاحظ التيقن من حصولها من عدمه [١] وينطوى تحت لواء السلوكية أصحاب العلاج الجشطالتى [٢] أو أصحاب نظرية المجال [٣]، ذلك لأنهم يركزون على التعلم وعلى الملاحظات المنظمة للسلوك، ولكن يمتاز الاتجاه الجشطلتى بالإهتمام بعملية الادراك الحسى [٤].

لقد أسهمت نظريات التعلم فى نشأة منهج «العلاج السلوكى». ويرجع هذا الاتجاه الى التجارب التى أجراها عالم الفسيولوجيا الروسى ايفان بافلوف [٥] والمعروفة باسم «التعلم الشرطى الكلاسيكى» [٦]. وترجع هذه الاتجاهات الى

---

(1) Bremmer, L. M., Therapeutic Psychology, Prentice Hall, N. Jersey, p. 52, 1968.

(٢) مدرسة الجشطالت عبارة عن نظرة كلية اجمالية للظاهرة النفسية وهى منظمة وموحدة وتتكون من كليات متكاملة وللكل خصائص تختلف عن خصائص كل جزء من الأجزاء.

(٣) نظرية المجال عبارة عن استخراج خصائص من المجال الذى يوجد فيه والانسان وبيئته وحدة واحدة.

(٤) الادارة الحسى Perception أحد العمليات العقلية العليا ومؤداه أنه احساس + معنى الشىء المحسوس به أو معرفة دلالته ووظيفته ومغزاه.

(٥) هو ايفان بيتروفتش بافلوف (١٨٤٩ – ١٩٣٦) عالم فسيولوجيا روسى تحول الى دراسة التعلم.

(٦) التعلم الشرطى الكلاسيكى يشير الى تجارب ايفان بفلوف على عملية اسالة لعاب الكلاب باستخدام المثيرات الصناعية الشرطية التى كانت فى الأصل محايدة من ذلك الجرس.

أعمال مؤسسى المدرسة السلوكية فى العشرينات من هذا القرن وهو واطسون [١] وكان الاهتمام الأكبر منصباً على دراسة السلوك فى أبسط صوره من خلال اجراء التجارب على الحيوانات.

الربط بين نظريات التعلم وبين العلاج :

ولقد اهتم كثير من العلماء فى العصر الحديث، بالربط بين نظريات التعلم وتجاربه وبين عمليات العلاج والارشاد، ولحدوث التكامل بين مبادئ ونظريات التعلم وبين مبادئ الارشاد والعلاج. لقد فتحت نظريات التعلم المجال واسعاً خصباً أمام حركة التجريب، وكذلك فتحت الطريق نحو تغيير السلوك. ولقد أجرى العديد من التجارب فى ضوء مفاهيم سلوكية تعليمية مثل «الاشتراط الأدوى» أو «الاجرائى» وإعادة التعلم الشرطى أو إعادة التشريط، وذلك فى مجال الارشاد. ومن بين هؤلاء العلماء الذين حذوا مثل هذا الحذو وولب Wolpe حيث سار على نهج سكنر فى تجاربه على الاشتراط الاجرائى.

ومن أولى المبادئ التى يؤمن بها المنظرون فى التعلم أن معظم أنماط السلوك سلوك متعلم [٢]، وكذلك الايمان بأنه فى الإمكان تعديل السلوك أو تغييره عن طريق تطبيق مبادئ التعلم. ومن ثم يمكن تطبيق هذه المبادئ فى مجال الارشاد والعلاج النفسى، وذلك انطلاقاً من الاعتقاد بأن لكل انسان دوافع أو حوافز أو بواعث، هذه البواعث فسيولوجية فى طبيعتها، ولكن من خلال عملية التعلم الاجتماعى يكتسب الانسان العديد من الدوافع الثانوية أو المتعلمة.

هذه البواعث وتلك الدوافع تحرك الانسان نحو تحقيق بعض الأهداف، فمن خلال ما تعلمناه سابقاً، نتعلم الآن بعض التوقعات. ومؤدى ذلك أنه اذا سعى الانسان لتحقيق أو اشباع هدف معين بطريقة معينة، فإنه يتوقع أنه سوف يحققه. وهناك مثيرات أو مفاتيح تحرك استجابة الفرد نحو تحقيق هدفه. وإذا ما أشبعت

---

(١) جون واطسون عالم النفس الأمريكى الشهير مؤسس المدرسة السلوكية.

(٢) الاشتراط الأدوى أو الإجرائى منهج سكنر ويعتمد التعلم على قيام الكائن بعدة اجراءات.

الاستجابة أو عززت أى نالها التعزيز أو المكافأة والجزاء الطيب، فإنها تميل الى التكرار والعودة للحدوث فى المواقف المستقبلية القادمة وذلك تأسيساً على أحد قوانين التعلم وهو «قانون الأثر» Law of effect.

هذا التتابع يعبر عنه بقانون المثير ــــــــ› الاستجابة أو (م – س) أى اذا توافر المثير فلابد أن تنتج عنه الاستجابة. وعلى الفرد أن يميز بين عدد من المثيرات وفقاً لما مر به من تشريط أو تعلم شرطى أو اقتران شرطى أو ارتباط شرطى... هذه المثيرات يحل بعضها محل البعض الآخر لإحداث نفس الاستجابة. وتعرف هذه الظاهرة باسم تعميم المثير. وبذلك يمكن ربط أى مثير بأى استجابة. وهنا يكمن دور المرشد النفسى فى مساعدة العميل على التعرف على الاستجابات السيئة، بحيث يستبدلها بغيرها من الاستجابات الجيدة. وهنا يمكن تعديل هذه الاستجابة الحصرية بأخرى سوية.

مبدأ التعزيز :

من المفاهيم الرئيسية فى العلاج السلوكى مفهوم «التعزيز» أى تدعيم السلوك أو الاستجابات السوية، وإعطاء صاحبها المكافأة أو الجزاء الطيب المرغوب، حتى تتأكد هذه الاستجابة وتترسخ فى ذهنه، وتميل الى التكرار والحدوث فى المرات القادمة. وعندما تتكرر الاستجابة الايجابية لنفس المثير، فإنها تعمم فى المواقف الأخرى المتشابهة للنمط أو النموذج الذى تم تعلمه. أما الاستجابات التى لا تتكرر ولا يتم تعزيزها أو تدعيمها، فإنها تتلاشى، وتنطفئ، وتزول من خبرة الكائن الحى. ومن هنا فإن الاستجابات السلبية أو المرضية يمكن محوها أو ازالتها عن طريق حرمانها من التعزيز. فإذا لم يحصل الطفل الكاذب على مزايا نظير كذبه توقف عن ممارسة الكذب وإذا لم يشعر مدمن الخمر بلذة كف عن شربه. فى عملية الاشتراط أو التشريط أى التعلم الشرطى أو الارتباط أو الاقتران الشرطى، يتعلم الفرد أن يستبدل مثيراً بمثير آخر. فالجرس أو الضوء الأحمر يحل محل رؤية الطعام مثلاً أو شم رائحته، يحل محله فى احداث الاستجابة أى اسالة اللعاب. نفس الاستجابة التى كانت تحدث نتيجة تعرض الانسان لمثير معين، هى ذاتها

تحدث، ولكن نتيجة تعرضه لمثير آخر بديل أو بلغة التشريط مثير شرطى «الجرس». أما عملية الحصول على استجابة مختلفة بنفس المثير فتسمى اصطلاحاً اعادة التشريط أو الاشتراط أو التعلم الشرطى. أو بعبارة أخرى اعادة الفرد سلوكاً آخر أكثر ايجابية.

سلب الحساسية تجاه المثيرات المزعجة :

من الأصول التجريبية للعلاج السلوكى «الاشتراط الأدوى أو الاجرائى» وعملية «سلب الحساسية» أو فقدان الحساسية للمثيرات المسببة للقلق. ويقوم الاشتراط الأدوى على أساس مكافأة أو تعزيز السلوك الايجابى المرغوب فيه، وبذلك تقوى الاستجابات المرغوبة وتستعصى على الزوال أو الانطفاء، من أمثلة هذا التعزيز أو المكافآت مديح المعالج وثناؤه على المريض أو مجرد ابتسامته وايماءاته للعبارات التى يقولها العميل تلك الايماءات التى تؤخذ على أنها تعبير عن موافقة المعالج. أما منهج سلب الحساسية فعبارة عن تعريض العميل لمثيرات القلق نفسها، ولكن وهى فى حالات متزايدة من الضعف التدريجى حتى تفقد هذه المثيرات الضعيفة القدرة نهائياً على إحداث القلق أو الحصر فى نفس العميل. بحيث نبدأ بأقلها اثارة للقلق، فإذا لم تحدث القلق، نزيد من حجم أو قوة المثير بدرجة أخرى وهكذا، نستمر فى الزيادة دون أن تحدث استجابة القلق حتى نصل الى الحد الطبيعى للمثير ومع ذلك لا تحدث الاستجابة، وكأن المثير فقد قدرته على إحداث الاستجابة اذا كان العميل فقد الاحساس بالمثير المزعج [1] .

وكما يصف ولب Wolpe هذا المنهج، فإنه لابد وأن يمارس تحت ظروف كاملة من الاسترخاء التام. ويتطلب ذلك تدريب العميل على ممارسة الاسترخاء relaxation.

ولقد ابتكرت برامج أخرى للعلاج السلوكى قائمة على أساس الفعل المنعكس

(١) هناك السلوك المتعلم أو المكتسب وهناك أيضاً السلوك الفطرى الموروث والذى يمتاز بأنه عام ومشترك لدى جميع البشر وهو موجود منذ الميلاد كالاخراج والامتصاص والبكاء أما السلوك المتعلم فيختلف من فرد لآخر كالتدخين والكتابة والعزف الموسيقى.

الشرطى. ابتكرت على أساس من التجارب التى أجريت على الانسان وعلى الحيوان، وعلى أساس من البحوث التى أجريت فى هذا الميدان. وكان الهدف ازالة سلوك القمع أو الكف وليس ازالة الأعراض المرضية، وذلك من خلال تغيير بيئة المريض، وهناك طرق تستهدف التوكيد فى عملية العلاج وتنمية قدرة العميل على ممارسة الاختيار بين الاستجابات، وذلك بعيداً عن فكرة العمق والتغلغل فى شخصية المريض، وفكرة عمليات أو حيل الدفاع، ومؤدى ذلك أننا لكى نغير سلوكاً ما نضع ظروفاً تتعارض أو تتداخل مع السلوك القديم، وبحيث يتعلم العميل طرقاً جديدة للاستجابة لمثيرات البيئة.

وتساءل بعض أنصار هذا الاتجاه عما اذا كانت هناك أية ضرورة لافتراض اللاشعور أو حيل الدفاع اللاشعورية [١] وعلى وجه الخصوص حيلة مثل الكبت.

الى جانب ذلك، فلقد اهتم أنصار الاتجاه السلوكى فى العلاج باجراء التحقيق التجريبى، والبحث عن الصدق التجريبى لمعالجتهم. يضع المعالج مفاهيمه وفروضه فى صيغة سلوكية يمكن اخضاعها للملاحظة ودراستها فى مختبرات علم النفس. ويرفض أنصار هذا الاتجاه الفروض العامة أو السائبة أو الغامضة أو الصعبة [٢] .

ومن وجوه الاختلاف بين أصحاب الاتجاهات الدينامية (التحليلية) وبين أصحاب الاتجاه السلوكى، ووجهة نظر كل فريق فى الأعصبة النفسية [٣] أى الأمراض النفسية. فوفقاً للتصور التحليلى الأعصبة أن هى الا سلوك يمنع الحصر

(١) يقصد بحيل الدفاع اللاشعورية عمليات عقلية لاشعورية تقوم بها الذات الوسطى ego للدفاع عن نفسها من التعرض للقلق الشديد. من هذه العمليات اللاشعورية الاسقاط، التبرير، التعويض، الازاحة، العكسية، الانكار، الابدال، والتوحد أو التقمص.

(2) Bremmer, p. 54.

(٣) الأعصبة النفسية أمراض نفسية معظمها أمراض وظيفية بسيطة عن الذهانات العقلية أى الأمراض العقلية. من هذه الأعصبة الشائعة القلق والاكتئاب والمخاوف الشاذة والهستيريا والوسواس القهرى وتوهم المرض وعصاب الحرب والعصاب المؤسس والعصاب التجريبى.

أو القلق الشديد أو المكثف من أن يصبح قلقاً شعورياً. فعلى سبيل المثال المخاوف الشاذة والأفعال القهرية أو القسرية التى يجد الفرد نفسه مساقاً للقيام بها رغم ارادته، ومنها تكرار غسل الأيدى أو عد أعمدة النور عبارة عن سلوكيات تعلمها الانسان لحفظ توازن الشخصية، ولخفض حدة التوتر الناشئ من الطفولة الباكرة وخبراتها. أما أرباب العلاج السلوكى فيرون أن هذه الأعصبة عبارة عن سلوك متعلم أو مكتسب أو استجابات متعلمة بقصد خفض حدة الدوافع أو البواعث. فالفوبيا أو الخوف اللامعقول عبارة عن سلوك متعلم لتحاشى المواقف الفوبية. هذا السلوك يمكن خفضه عن طريق مناهج اعادة التشريط أى اعادة التعلم.

يحدث هذا السلوك المرغوب فيه عندما يتم تعزيزه أى عندما يلحقه الثواب، ويتوقف هذا السلوك أو يختفى أو ينطفىء عندما يغيب التعزيز. يتعلم العميل الاستجابة الايجابية فى ضوء التعزيز فى الموقف التجريبى، ولكن كيف يمكنه أن يعمم هذه الاستجابة الناجحة خارج نطاق الموقف التجريبى وبعيداً عن تأثير المعالج النفسى أو المرشد النفسى ؟

من ذلك توسيع قاعدة الحرية أمام العميل للتحرك، بحيث يلم بكثير من الأنشطة ويستطيع أن يمارسها أو يشارك فيها تلك الأنشطة التى تقود الى الاشباع والرضا، مع توضيح مفهوم العميل عن نفسه وجعل هذا المفهوم أكثر مرونة، والتخلص من المفهوم الجامد للموقف الذى يوجد فيه العميل، وبذلك يمكنه أن يتوقع الاستجابات التى تجلب له المكافأة وليس العقاب. يجرب العميل بنفسه توقعاً من ذلك أن يشجع نفسه على الحديث أمام مجموعة من الناس، ويتم تشجيع الشعور بالنجاح ويتم تعزيز هذا الشعور بالنجاح عن طريق ما يلقاه من الناس من استحسان. كذلك فإن مقابلة المعالج للعميل بالموافقة والقبول تمثل تعزيزاً ايجابياً لسلوك العميل. فقد يأتى العميل وهو يتوقع النقد والرفض لما كشف عنه من خبايا نفسه، ولكنه يجد المرشد أو المعالج متفهماً لحالته ومرتاحاً لها، شعور العميل بأنه مقبول لا مرفوض من الغير، وبأنه مفهوم من قبل الغير ومحبوب أيضاً يمثل نمطاً من التعزيز الايجابى، ويمكن تعميم هذا الشعور

بالقبول عن طريق الناس الآخرين خارج دائرة العلاج [١] .

كيف يحقق المعالج تعلماً جديداً ؟

هناك بعض الاقتراحات والمحاولات، من ذلك تشجيع المعالج للعميل بأن يفصح عن ذاته، ويعبر عن انفعالاته ومكوناته ومشاعره وآلامه. ويطلق سراح توتراته وصراعاته الحبيسة، وكذلك مشاكله، وذلك لكى يتمكن من ادراكها والوعى بها والتعرف عليها والالمام بها. وأن يعيد تحديد معناها أو تعريفها أو مفهومها بصورة سليمة وسوية وواقعية. وهنا يساعده المعالج، من خلال تقديم الاقتراحات والتفسيرات أو الشروح والتأويلات لما يسمع منه، وذلك بغية بناء توقعات أخرى تقود الى مزيد من النتائج الناجحة والمشبعة أو المرضية، يحاول المعالج أن يخرج السلوك المرغوب فيه، ومن ثم يعمل على تعزيزه أو تدعيمه أى منح العميل المكافأة والجزاء الطيب عليه، ومن ثم يتم تثبيته فى خبرة العميل، وينزع الى تكراره فى المستقبل.

وهناك من يستهدف فى المحل الأول، منع العميل من تعميم شعوره بالقلق أو الحصر الى مثيرات أخرى، كأن يمتد خوف الطفل من الكلاب الى القطط والأرانب والدجاج وغيرها من الحيوانات. ويساعد المعالج العميل على ادراك توقعاته السلبية أو الفاسدة دون أن يستخدم الجدال معه أو ممارسة الضغط عليه. فى هذه الحالة سوف يشعر العميل بأن مشاكله وصعوباته ترجع الى حالة الخلط عنده والى قلة الفهم أكثر من كونها عائدة الى ضعف ارادته أو قوة ارادته أو قواه الداخلية أو تعود الى كسله أو سلبيته. ويفضل أن تصدر الاقتراحات والأنشطة الجديدة من ذات العميل، وليس من المعالج نفسه، ذلك لأن الانسان يميل الى تنفيذ الآراء النابعة من ذاته هو أكثر من ميله لتنفيذ الأشياء المفروضة عليه أو المقترحة له عن خارج ذاته.

وفى حالات أخرى قد يتدخل المعالج لتعليم العميل بعض المهارات التى

---

(1) Bremmer, p. 56.

يستخدمها لجلب المكافآت أو التعزيزات المتوقعة. من ذلك الطالب الراسب قد يحتاج الى تعلم مناهج جيدة فى التحصيل [1] والاستيعاب والانجاز وذلك قبل أن تتكون لديه فكرته عن ذاته بأنه «طالب ناجح» هذه الفكرة سوف تعمم لتصبح فكرته عن ذاته بأنه «انسان ناجح» عموماً.

ويستفيد المعالجون النفسيون من فكرة انتقال الخبرة من موقف الى موقف آخر، والانتقال من توقع الأمر (أ) مثلاً الى توقع الأمر (ب) حيث تتوالى أو تتابع التوقعات لدى العميل.

والحقيقة ان الاتجاه التعليمى فى الارشاد والعلاج يعد منهجاً جيداً فى تعديل السلوك أو تغييره أو اعادته الى التكيف والسواء. هذا الاتجاه التعليمى يثير كثيراً من مجالات البحث والتجريب فى مجال العلاج والارشاد والتحقق التجريبى من نتائجهما دون أن يكون فى التجربة افتعال أو جو مختبرى مصطنع، وقيود صارمة على حركة العميل فى أثناء التجربة. والمأمول أن يزداد تطبيق نظريات التعلم ومبادئه فى ميدانى العلاج والارشاد. وأن يتسع آفاق تطبيقه فى عالمنا العربى.

ولكن هذا الاتجاه، كغيره من الاتجاهات العلمية والمهنية الأخرى، لا يخلو من النقد من ذلك أن التركيز على «الموضوعية» وانكار دور اللاشعور ومظاهره يؤديان الى شلل أو عقم أو آلية أو ميكانيكية الاتجاه. وأن الشخصية الانسانية أكثر تعقيداً من خضوعها للدراسة بمناهج جامدة تلك المناهج المصممة لدراسة الحيوانات الدنيا. اذ شتان بين سلوك الفأر وسلوك الانسان الراشد مثلاً. كذلك فإن نظريات التعلم تقوم على أساس نماذج مبسطة جداً لا تنطبق على العمليات الانسانية المعقدة. يستهدف أصحاب نظريات التعلم فهم السلوك فى جماعات صغيرة

---

(١) التحصيل فن من الفنون الذهنية وله شروط تجعله تحصيلاً جيداً من هذه الشروط وجود دافع لدى المتعلم والاعتماد على الفهم والاستيعاب والتكرار ووجود الأثر الطيب أو الثواب واستخدام الطريقة الكلية فى التحصيل والاعتماد على التسميع الذاتى ومعرفة نتائج تحصيله أولاً بأول وتوفر الارشادات والتعاليم الصحيحة واستخدام الجهد الموزع بدلاً من المركز وتوفر الكتاب الجيد والأستاذ الجيد والمعامل والمختبرات والمكتبات.

ومنضبطة ضبطاً جيداً، ويأملون تطوير مناهجهم حتى يمكن دراسة العمليات العقلية العليا فى الانسان كالتفكير والتخيل والتصور والادراك والتعلم والتذكر والابداع، ومن وجوه النقد أن نظرية التعلم تركز على عملية التعلم أكثر من تركيز ها على ذلك «الانسان» الذى يقوم بعملية التعلم. الانسان أهم وأجدر بأن ننظر اليه فى عموميته وفى كليته. كذلك يخشى النقاد من أن يتحول المعالج النفسى الى مجرد مهندس بشرى يضبط السلوك الانسانى بطريقة آلية كما نضبط سلوك السيارة أو المركبة (١) .

(1) Bermmer, p. 57.

مضادات القلق السلوكية

إزدياد حدة القلق فى هذا العصر :

تزداد حدة الشعور بالقلق في هذا العصر، الى الحد الذى جعل العصر كله يوصف بأنه عصر القلق والتوتر والصراع والأزمات والمشكلات والمعاناة النفسية. ومن خصائص القلق أنه عرض مشترك عام يوجد فى كثير من الأمراض النفسية والعقلية، فهو يصاحب مرض توهم المرض، والمخاوف الشاذة، كالخوف من رؤية المياه والدم والظلام، وكذلك يصاحب مرض الاكتئاب، الى جانب كونه مرضا نفسياً خاصاً بذاته. وترجع زيادة مشاعره فى هذا العصر لكثير من العوامل والمتغيرات التى يتسم بها هذا العصر، من ذلك زيادة حدة التوتر العالمى والشعور بالفوضى العالمية والضياع بعد أن هيمنت قوة واحدة على تقاليد الأمور بعد تفكك الاتحاد السوفيتى كقوة توازن رادعة، وشاب العالم حالة من الفوضى والتحيز والاعتداء، الى جانب الحروب الإقليمية والمحلية وحروب التصفية العرقية والسلالية وحركات الانقلابات والتطرف والعنف والارهاب، فضلاً عن التهديد بأسلحة الدمار الشامل واباحتها لبعض الدول وحرمان البعض الآخر منها مما يخل بالتوازن، وذلك الاخلال الذى ينعكس على نفسية المواطن العادى. فضلاً عن احتدام المنافسة بين الشباب، وارتفاع مستوى طموحهم، والصراعات الطبقية، وتفشى سلبيات كالبطالة والغلاء، وارتفاع المهور، وتعثر حالات الزواج وتكوين الأسرة، وإلى جانب ذلك ضعف سلطان الأسرة وقلة رقابها واشرافها على أبناءها، واشتغال الأب والأم خارج المنزل لساعات طويلة من الليل، علاوة على ذلك ضعف مشاعر الايمان الدينى، وضعف سلطان القيم الأخلاقية، وضعف دور المدرسة كمؤسسة للتنشئة الاجتماعية، وغرس المواطنة الصالحة، فضلاً عن اهتزاز القيم الأصلية فى المجتمع بتأثير ما يصدره إلينا الغرب من مظاهر ثقافية فاسدة أو تشجيع الاباحية والانحلال وتغذى مشاعر الاغتراب والمادية والشذوذ. من أجل ذلك نلاحظ ارتفاع معدلات مشاعر القلق والتوتر والتأزم والشعور بالضياع وفقدان

الهوية وضعف مشاعر الانتماء والشعور بالغربة فى بلدنا، ويصاحب الشعور بالقلق أعراض أخرى جسمية ونفسية وعقلية، منها الشرود والسرحان وقلة التركيز والانتباه، وضعف الذاكرة، وقلة الشعور بالهدوء والراحة وبالامان وكثرة الحركة والتنقل، وقلة النوم، وكثرة أحلام اليقظة، والثورة والتهيج، وجفاف الحلق، وتصبب العرق، والشعور بالتعب من جراء أبسط المجهودات، وصعوبة فى الهضم وما إلى ذلك، فالقلق حالة عامة تصيب الجسم كله وخاصة اذا كانت شديدة أو عنيفة ومستمرة، بل إن حالة القلق اذا استمرت طويلاً تصيب الانسان بما يعرف باسم «الأمراض السيكوسوماتية» وهى مجموعة من الأمراض الشائعة فى هذا العصر والتى ترجع لأسباب نفسية كالقلق، بينما تتخذ أعراضها شكلاً جسمياً ومنها ارتفاع ضغط الدم، والقرح، والربو، والسمنة، وبعض أمراض الدورة الدموية، وبعض الأمراض الجلدية، وأمراض اللثة والأسنان. ولذلك لابد من علاج القلق. وإن كنا نبادر بالقول بأننا نقصد هنا القلق المرضى الشديد فقط ذلك لأن هناك نوعين من القلق : الوردى المحدود والمطلوب والذى يقال فى حقه أنه سبب نشأة حضارة الانسان فلولا انفعال العالم لما فكر فيما يأتيه من المخترعات ولولا انفعال الشاعر لما قرض الشعر وهكذا بالنسبة لكل المنجزات الحضارية هى وليدة لحظة قلق لدى المبدع، ولكن القلق الضار هو الزائد عن الحد والمستمر بل والقلق الذى لا يعرف صاحبه سبباً له.

كيف يمكن مواجهة القلق :

بالطبع هناك الأدوية والعقاقير المهدئة والمنومة والمثبطة للحركة والحيوية والنشاط والمضادة للقلق، ولكننا لا ننصح بالإكثار فى تعاطيها أو الاعتماد عليها فى دفع الانسان عن نفسه حالة القلق. وننصح باتباع خطوات أو مناهج أو برامج سلوكية تؤدى الى خفض حدة القلق والتوتر والصراع والتأزم والشد العصبى والعضلى دون تعاطى العقاقير والأدوية التى يخشى من أن تسبب ادمان المريض لها.

المضادات السلوكية للقلق :

من ذلك تدريب الانسان على الاسترخاء التام والمطلق والشامل لكل أطرافه وأعضاء جسمه وجوارحه وحواسه مبتدأ بالتدريب على قبض راحة اليد بالعنف والشدة ثم استرخائها وفكها وتركها حرة طليقة ثم الشعور بالفارق بين حالة الشد والقبض الشديدة ثم حالة الاسترخاء التام والكامل والمطلق والاستمتاع بحالة الاسترخاء. ويتدرب كيف يعيش تجربة الاسترخاء ويشعر بجمالها وبفائدتها، ذلك لأن الاسترخاء والقلق نقيضان لا يجتمعان. لا يمكن أن يكون الانسان مسترخياً وقلقاً فى نفس الوقت. فالاسترخاء يزيل حالة القلق ويصرّفها ويبعدها. كذلك فإن التدريب على الاسترخاء يمكن الانسان من التحكم فى انفعالاته فيطرد القلق متى شاء.

كذلك فإن توكيد الذات أو تحقيق الانسان لذاته وإثبات وجوده وشعوره بالثقة فى نفسه تطرد حالة القلق، ولا يمكن أن يكون الانسان مؤكداً ذاته ومثبتها ومع ذلك يشعر بالقلق. ومن السلوكيات التى تساعد على طرد حالة القلق والشد والتعصب أو الانعصاب، تناول الأطعمة اللذيذة والصحية والفاكهة الجيدة والخضروات النظيفة والأطعمة الشهية والحلوى هذه الأطعمة الشهية تذهب حالة القلق وترفع روح صاحبها المعنوية. وهناك أناس يشعرون بالاكتئاب عقب تناول وجبات من «الفول المدمس» وآخرون يشعرون بالدوخة بعد ذلك. ولا شك أن هناك رابطة قوية بين ما يتناول الانسان من طعام وبين حالته النفسية. ولذلك قيل للمرأة إن الطريق الى قلب زوجها هو معدته، فالطعام الشهى مثله مثل نظافة الجسم وتزيين المرأة نفسها يرفع من روحها المعنوية. كذلك فإن المناظر الجميلة والخلابة والآخاذة والمناظر الخلوية والهواء الطلق والتريض أو حتى المشى وممارسة الرياضة البسيطة كل ذلك يفك حالة القلق التى قد تحتوى على الانسان ذاته، كذلك فلقد دل البحث والتجريب على أن الاسترخاء التام يؤدى الى انخفاض ضغط الدم عند المريض، ومن ذلك تمارين اليوجا والتأمل الباطنى الداخلى.

ولذلك لم يكن غريباً أن ابتكر علماء النفس السلوكيون منهجاً للعلاج

النفسي الحديث يقوم على أساس تمرين الانسان وتربيته على الاسترخاء. ويعرف هذا المنهج فى العلاج النفسي بإسم «العلاج النفسي السلوكي». فلو استطاع كل منا أن يخلو الى نفسه يومياً ولو لفترة قليلة يمارس فيها تدريبات الاسترخاء لاستفاد من ذلك كثيراً وانعكس ذلك على جمال المرأة وصحتها الجمالية وأنوثتها بنوع خاص.

المراجع :

(١) عبد الرحمن العيسوى، الإسلام والعلاج النفسى، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، ١٩٨٦.

(٢) عبد الرحمن العيسوى، سيكولوجية المراهق المسلم المعاصر، دار الوثائق، الكويت، ١٩٨٦.

(٣) عبد الرحمن العيسوى،. مقومات الشخصية الإسلامية والعربية، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، ١٩٨٦.

(٤) محمد البهى، الايمان من التوجيه القرآنى، مطبعة الأزهر، القاهرة، ١٩٩٦.

(٥) عباس بيومى عجلان، دراسات فى الحديث النبوى، مؤسسة شباب الجامعة، الاسكندرية، ١٩٨٦.

(٦) أحمد شلبى، تاريخ التربية الإسلامية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ١٩٨٢.

(٧) البخارى، أبى عبد الله محمد، صحيح البخارى، دار المعرفة، بيروت، لبنان، ب. ت.

(٨) النووى، يحى بن شرف الدين، مقتصر كتاب رياض الصالحين، دار القلم. بيروت، لبنان، ١٩٨٣.

(٩) النووى، رياض الصالحين من كلام سيد المرسلين، وكالة المطبوعات، الكويت، ١٩٧٠.

(١٠) أبو بكر الجزائرى، منهاج المسلم، مكتبة الدعوة الإسلامية، شباب الأزهر، القاهرة، ١٩٦٤.

(١١) محمد فؤاد عبد الباقى، المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكرين، دار الفكر، بيروت، ١٩٨١.

سبل علاج السلوك المضاد للمجتمع

العوامل السببية فى نشأة السلوك المضاد للمجتمع :

لاشك أن العلاقة السببية، أى علاقة السبب والنتيجة Cause and effect relationship علاقة بالغة التعقيد فيما يتعلق بتفسير نشأة السلوك المضاد للمجتمع وذلك نظراً لتعقد العوامل المسئولة عنه وتداخلها وتشابكها وتفاعلها من ذلك جنس الفرد ذكرا كان أم أنثى وسلالته وظروفه الوراثية أو استعداداته الوراثية التى ولد مزودا بها. وكذلك المتغيرات البيئية التى يعيش فى كنفها كذلك يتدخل عامل السن أو العمر. فهناك بعض الجرائم التى يكف الانسان عنها ببلوغه سناً معيناً مثل السيكوباتية. وتختلف الجريمة ونمطها من الريف الى الحضر وبين الطبقات الاجتماعية الدنيا والعيا والوسطى. كذلك تلعب خبرات الفشل والاحباط دوراً رئيسياً فى نشأة السلوك المضاد للمجتمع. ولا شك أننا نسعى لوضع أيدينا على العوامل المسببة لكل الانحرافات التى تعترى الفرد بقصد تحسين وسائل العلاج وتحقيق الشفاء. فمعرفة السبب أحد خطوات العلاج والوقاية أيضاً Treatment and Prevention .

كذلك تلعب ثقافة العصر الذى يعيش فيه الفرد دوراً فى نوعية الجريمة وحجمها. ويؤكد ذلك اختلاف الاحصاءات على مر العصور والحقب التاريخية. ومن الجدير بالملاحظة أن مثل هذه الاحصاءات لابد وأن تؤخذ بكثير من الحذر لأنها تتأثر بما يستحدث من وسائل التشخيص الدقيقة ومن القوانين المعدلة ومن الظروف السياسية والاقتصادية والاجتماعية Sarason, p. 11 .

وإذا كنا نؤكد تعدد العوامل المسئولة عن حدوث السلوك المضاد للمجتمع، فإن ذلك يتطلب أن تكون وجوه الرعاية والأساليب الوقائية والعلاجية متنوعة وشمولية أيضاً بحيث تتناول كل جوانب شخصية الجانح حدثاً كان أم راشداً.

ويعتنق معظم علماء النفس ما يعرف باسم الاتجاه المتعدد العوامل فى تفسير

الاضطرابات والانحرافات وشتى ضروب الشذوذ ومعنى ذلك عدم ارجاع الاضطراب، أياً كان نوعه، الى عامل واحد بعينه كالوراثة وحدها أو البيئة وحدها، وإنما يرجع الى تفاعل وتضافر مجموعة من العوامل الوراثية. أى تلك الاستعدادات العامة التى يولد الفرد مزودا بها والتى تنتقل اليه، عبر الجينات أى ناقلات الوراثة من الاباء والأجداد، وتلك العوامل البيئية المكتسبة من جراء الانخراط والاختلاط والاحتكاك والتفاعل مع البيئة. وتشمل ظروف الاشباع أو الحرمان أو القسوة أو الفشل والاحباط أو فرص التعليم أو التدليل وما الى ذلك.

من بين الاضطرابات المتصلة بعلاقة الفرد بالمجتمع السلوك القهرى المضاد للمجتمع antisocial compulsion حيث يجد الفرد نفسه مدفوعاً للقيام ببعض أنماط السلوك المضادة للمجتمع وللقانون ولا يستطيع أن يتوقف عن ذلك والسلوك المضاد للمجتمع هو الضار بالمجتمع وضد التفاعل الاجتماعى أو المعيشة فى وسط بنى البشر وممارسة العدوان ضد المنظمات الاجتماعية أو القوانين والأعراف والمثل والمعايير الاجتماعية. وقد تكون هذه الحالة حالة مزمنة حيث ينحرف الفرد للوقوع فى مشاكل مع المجتمع ويظهر هذا الاضطراب الى حد قول انجلش English فى فقدان الشعور بالولاء Loyalty أو التوحد أو التقمص identification مع السلطة ورموزها أو العدوان تجاه السلطة أو للمجتمع بصفة عامة وللقوانين الاجتماعية والأخلاقية. مع كراهية البقاء مع الناس أو النفور منهم والعداوة تجاه قوانين الأخلاق والسلوك المتعلقة بالناس أو المنظمات الاجتماعية.

والسلوك المضاد للمجتمع هو ذلك السلوك الذى يعادى معايير السلوك التى تواضع عليها الناس والمنظمات الاجتماعية وهو سلوك يتعارض مع مصالح الجماعة وأهدافها وهو السلوك الذى يهدد الجماعة ويعرقل قيامها بأداء رسالتها ووظيفتها.

دراسة أطفال التبنى :

فقد تم دراسة معدلات الاجرام criminality بين الأقارب البيولوجيين

والأقارب فى التبنى .Htchings, B (١٩٨٤) وكشفت عن وجود الاجرامية بنسبة أكبر بين الأقارب البيولوجيين عن الأقارب بالتبنى. فهناك استعداد وراثى Predisposition فى نشأة النزعات الاجرامية والسلوك الانحرافى.

العلاقة بين الادمان والاجرام :

وهناك دراسات حديثة تناولت العلاقة بين الاجرامية والكحولية أى ادمان الكحول، حيث تمت دراسة عدد كبير من أفراد التبنى، وتم تصنيفهم وفقاً لما اذا كان لديهم سجلات اجرامية من عدمه، وكذلك لهم تاريخ فى الكحولية معاً أو لا يوجد لهم فى كلا الانحرافين.

ماذا كانت نتيجة اقتران ادمان الكحول مع الاجرامية ؟

لقد تبين أن أصحاب الحظ فى الانحرافين كانوا أكثر تكراراً فى ارتكاب الأعمال العنيفة أو المخالفات العنيفة والمغامرة فى ارتكاب الجريمة. الجريمة فى هؤلاء الأشخاص كانت مرتبطة مع ادمان الكحول، ولكنها لم تكن مرتبطة مع أى سلوك اجرامى عند آبائهم البيولوجيين.

أما المجرمون غير المدمنين فكانوا يرتكبون الجرائم البسيطة مثل سرقة الممتلكات ـ وكانت مغامراتهم فى ارتكاب الجريمة مرتبطة مع تلك الخاصة بوالديهم البيولوجيين، أى التشابه فى التاريخ الاجرامى، أى ارتكاب جرائم متشابهة، وكانت ترتبط أيضاً مع عدم الاستقرار الذى كانوا يعانون منه قبل التبنى. وتؤكد مثل هذه الدراسات وجود عامل وراثى.

والحقيقة أن تأثير الوراثة لا يمكن اغفاله. اذ تدل الملاحظة الاكلينيكية للباحث أن الوراثة تترك بصماتها على سلوك الفرد وعلى سماته الشخصية، حتى وان تربى بمعزل عن الوالدين. بل أن تأثير الوراثة السىء يظل باقياً حتى بعد انتقال الطفل الى بيئة صالحة وسوية ودافئة ومشبعة وموالية ومثالية ومشجعة للسلوك الطيب يظل تأثير الوراثة قائماً. فالثراء لا يمنع من السرقة والارتشاء والاختلاس بل والنصب والاحتيال، والجد والاجتهاد لا يجدان مكانا ملائما أمام

الكسل والتراخي. والقدوة في الضمير الخلقي الحي لا تجدى سبيلاً أمام التأثير الوراثي اذا كان سيئاً. فالتأثير الوراثي له خطورته واستمراريته التي لا يمكن اغفالها وان كان الطين يزداد بلة اذا كانت الظروف البيئية أيضاً سيئة.

هل يمكن أن يكون لنشاط الجهاز العصبي المركزي تأثيراً على نشأة السسيوباتية ؟

المعروف أن الجهاز العصبي في الانسان يقوم بوظيفة جهازى الارسال والاستقبال، فهو النافذة التي يطل الانسان من خلالها على العالم الخارجي، فيدرك موضوعاته، وهو وسيلة الانسان في اكتساب المعارف والحقائق والمعلومات، وفي تعلم المهارات الحركية والذهنية.

دراسة موجات المخ :

يقوم المخ في الانسان بنشاط معين يطلق عليه موجات المخ، ولقد تم دراسة هذا في السسيوباتيين. ولقد كشفت مثل هذه الدراسات على أن هناك نحو ٣١٪ من مجموع السسيوباتيين لديهم موجات مخية شاذة electrocence phologram (EEG) معظمها كانت من النوع البطيء، وهو النوع المميز للرضيع والطفل الصغير، ولكنه ليس من خصائص الراشد السوى. وكانت هذه الموجات البطيئة تنتشر خلال المخ كله. ولكن هناك بعض الأدلة على أن الأشخاص المندفعين والعدوانيين جداً من السسيوباتيين ينحصر وجه الشذوذ في موجاتهم الدماغية في الفصوص الصدغية من المخ وحدها Temporel lobes .

وتميل معظم الدراسات الى التأكيد بأن موجات المخ عند السسيوباتيين عالية. على كل حال، لا تختلف عند جميع السسيوباتيين، بمعنى أنها ليست شاذة عند الجميع. مع العلم بأن الموجات الدماغية مؤشر عام جداً عن نشاذ المخ، وينتج من عمل ملايين الخلايا العصبية. على كل حال أمكن زيادة سرعة هذه الموجات في السسيوباتيين عن طريق تكليفهم القيام بلعبة مثيرة حيث أصبحت موجاتهم الدماغية تشبه موجات الأسوياء. بعض العلماء حاول تفسير البطء بأنه يرجع لسوء وظيفة القمع أو المنع تلك التي تخفض، بدورها، قدرة السسيوباتي

على التعلم، وقدرته على التنبؤ بالأحداث التى يتجره الى المشاكل.

العقاب والسسيوباتية :

لقد أشار كليكلى الى عدم استفادة السسيوباتى من الخبرة، وعلى ذلك فإنه لا يحاول تجنب النتائج السلبية لسلوكه السيء. كما أشار أنه ليس قلقاً أو حصرياً أو عصابياً. وعلى ذلك ليس لديه قوى كبيرة لقمع أو لمنع الأفعال المضادة للمجتمع، لأنه لا يشعر بالقلق. ومن أجل ذلك اهتم بعض العلماء بدراسة قدرته على تعلم تجنب الألم عن طريق مقارنة هذه القدرة لديه ولدى الطلاب الأسوياء، كأن يتعرض المفحوص لصدمة كهربائية.

وأثبتت مثل هذه التجارب أن السسيوباتى يعمل تحت ظروف قليلة جداً من القلق مقارنة بالأسوياء. فالسسيوباتى لا يتعلم تجنب المثيرات المؤلمة. ولقد أدى اعطاء حقن من الادرينالين الى تغير سلوك السسيوباتى فى تجنب مصادر الألم.

علاج اضطرابات الشخصية :

التراث قليل حول علاج اضطرابات الشخصية وبالمثل حول نموها، والنتائج غير حاسمة. المرضى أنفسهم لا يعتبرون أنفسهم مرضى، ذلك لأن اضطراباتهم لا تسبب لهم كثيراً من عدم الراحة، ولا يعتقدون أنهم فى حاجة الى المساعدة، ولذلك لا يعترفون بأن المعالجين يسهمون فى تحسين حالاتهم. ولذلك لا يهتمون ولا يبذلون الجهد للحصول على المعالجة، وإذا بدأت فإنهم ينهونها بسرعة قبل تمام الشفاء.

على كل حال هناك مناهج متعددة لعلاج اضطرابات الشخصية من ذلك العلاج السلوكى :

العلاج السلوكى للسسيوباتية :

مفهوم العلاج السلوكى :

ماذا يقصد بالعلاج السلوكى Behaviour therapy هو ذلك المنهج العلاجى الذى يعتمد على تطبيق مبادئ التعلم الشرطى الكلاسيكى، والتعلم

الشرطى الأدوى، وذلك فى تغير السلوك المرضى، وبعبارة أخرى عامة هو المنهج الذى يستخدم علم النفس التجريبى فى المجال الاكلينيكى حيث يوجه المعالج النفسى السلوكى انتباهه للمواقف أكثر من توجيهه نحو السمات، ولذلك لا يوجد لدى أرباب العلاج السلوكى وسائل خاصة لعلاج اضطرابات الشخصية أو الاضطرابات الحدية أو غير ذلك من اضطرابات الشخصية.

من ذلك استنتاج أن صاحب الشخصية البارانوية، أى التى يشعر صاحبها بجنون الاضطهاد والتآمر عليه سوف يكون شديد الحساسية للنقد. هذه الحساسية الزائدة يمكن علاجها عن طريق منهج سلب الحساسية المنتظم systematic desensitization أو العلاج العقلانى. فعلى سبيل المثال اذا كان هذا المريض يعارض الناس ويجادلهم ويظهر عداوته عندما يختلف معهم، وذلك لدفعهم بعيداً عنه، فإن المعالج يدربه على اتباع طرق أكثر قبولاً فى اظهار المعارضة أو عدم الموافقة.

وينظر المعالج السلوكى الى المدى الواسع لتطبيق المشاعر الاضطهادية، كما ينظر نظرة شمولية لمشكلته ونتائجها أو ما يترتب عليها، كما ينظر نظرة واسعة الى كيفية تفاعل المريض مع الوسط المحيط به.

وبالنسبة للسسيوباتية، لسوء الحظ، هناك اتجاه عام أنها تستعصى على العلاج. وربما يرجع ذلك الى أن المرضى لا يستفيدون من العلاج النفسى. وقد يرجع السبب الى أنهم عاجزون عن اقامة أية علاقة ثقة أو أمانة مع المعالج. ولا شك أن العلاج لا يجدى مع الشخص الذى يكذب دائماً، والذى لا يهتم بمشاعر الآخرين، والذى لا يفهم مشاعره هو، والذى لا يتبين أن ما يقوم به من أعمال إنما هو خطأ خلقى، والذى يفتقر الى وجود أى دافع لديه لطاعة قوانين المجتمع ومعاييره ومثله، والذى يعيش فقط لحاضره والذى لا ينظر الى المستقبل..... الخ.

وهناك بعض المبادئ التى وضعها أحد المعالجين للسسيوباتية منها ما يلى :

١ - يجب أن يكون المعالج بصفة دائمة ومستمرة حذراً يقظاً ومنتبهاً وساهراً

vigelante في تعامله مع المريض.

٢ – يجب أن يفترض، منذ البداية، حتى يثبت عكس ذلك، أن كل ما يقوله المريض إنما هو كذب، أو أنه يتضمن تحريفاً أو تلفيقاً أو تخليقاً.

٣ – يجب أن يدرك أن التعاون فى العمل أو الاتفاق حول العمل معه لن يتم، اذا قدر له أن يتم على الاطلاق، الا فى المراحل المتأخرة من العلاج. لقد كان هناك محاولات كثيرة لإقامة علاقات دائمة مع السسيوباتى، ولكن الحقيقة أن معظم التراث يؤكد أن الجهود الاكلينيكية أى العلاجية الطبية لا تصلح مع السسيوباتى، وبالمثل استخدام الأساليب الجسمية كالصدمات الكهربائية التشنجية أو الارتعاصية أو الاهتزازية Electroconvulsive Shocks وكذلك استخدام العقاقير مثل عقار الديلانتين Dialantin أو المنشطات Stimulants أو العقاقير المنبهة والمنومات Seclatives والجراحة النفسية Psychosurgery كلها قليلة الجدوى.

ولكن هناك، على كل حالة بعض الأدلة التى تؤكد أن المضادات القوية للحصر أو القلق قد تخفض من حدة العدوانية لدى السسيوباتى.

دور السجون :

ومع الأسف الشديد، فإن السجون الحالية فى معظم مجتمعات العالم، لا تساعد فى تحقيق العلاج أو تعديل السلوك أو إعادة تأهيل السجين، بل إنها، على حد قول ولكينس Wilkins, L. T. سنة ١٩٦٩ أنها مدارس لتعليم الجريمة أو أنها مصانع لصناعة الجريمة. ولكن هناك محاولات لتحسين وظيفة السجون، ووضع برامج للعلاج، واستخدام التشريط الأدوى لعلاج مجرمى العنف. كذلك يتم استخدام العلاج الجماعى grouptherapy مع السجناء.

من حسن الحظ، أن الانسان كلما تقدم فى السن كلما ابتعد عن السلوك المضاد للمجتمع، وبذلك تبقى للسجن وظيفة حماية المجتمع من المجرمين وشرورهم، ووظيفتها فى الردع. وان كان ذلك لا يمنع من الدعوة لتطوير السجون العربية ومساعدتها على أداء رسالتها العلاجية والتقويمية فى الاصلاح والتربية

والتهذيب وإعادة تأهيل السجناء وتنمية مشاعرهم فى الانتماء ومساعدتهم عن طريق التدريب المهنى الجيد ليكونوا مواطنين صالحين منتجين. ولحمايتهم من بعضهم البعض ومن تأثير الرفقة السيئة ومنع اتاحة فرص تعلم جرائم جديدة داخل السجن.

ومن أساليب العلاج النفسى أو الرعاية النفسية ما يعرف باسم العلاج السلوكى behaviour therapy من ذلك التدريب على توكيد الذات assestiveness training وسلب الحساسية المنظم systematic desensitization (sarason).

ويؤسس العلاج السلوكى على مسلمة مؤداها أن الأمراض النفسية سلوك متعلم ومن ثم يمكن ازالة هذا التعلم عن طريق عملية محو التعلم وان كان بالطبع السلوك المنحرف قد تم تعلمه بطريقة خاطئة. ويمكن ازالة تلك العادات السلوكية الخاطئة عن طريق عملية الكف أو المنع واستخدام تعزيز الاستجابات المرغوب فيها وحرمان الاستجابات السيئة من التعزيز.

ويمكن استخدام الايحاء والاسترخاء فى علاج كثير من المشاكل النفسية، ومؤدى هذه الطرق تدريب المريض على الاسترخاء التام لكل أطرافه وعضلاته وجسمه ورأسه ثم اعطائه بعض التعزيزات أو المكافآت وبينما هو فى حالة استرخاء تام نعرض عليه المثيرات التى كانت تثير فيه القلق، على أن نبدأ بأقل هذه المثيرات قدرة على إثارة القلق ثم نستمر تدريجياً من مثير الى آخر حتى نهايتها أى حتى أكثرها شدة. ومع ذلك لا تحدث الاستجابات السلبية التى كانت مرتبطة بهذا المثير أو ذاك.

وعلى كل حال يقوم منهج العلاج السلوكى على عدة مبادئ منها ما يلى :

١ - سحب كل ما يمكن اعتباره تعزيزا أو مكافأة للسلوك المضاد للمجتمع. لأن السلوك المعزز أى الذى يتبعه التعزيز أو المكافأة والاشباع والرضا هو الذى يتكرر فى خبرة الانسان.

٢ - توفير نماذج طيبة للسلوك الطيب وتدعيمه بالتعزيزات أى المكافآت.

٣ – خفض الحوافز المادية والمكافآت لتحل محلها بالتدريج، الحوافز الذاتية أو الداخلية النابعة من الفرد ذاته أو الحوافز الرمزية. وهكذا تتحول الحوافز الخارجية الى حوافز ذاتية داخلية وهى أكثر قوة وديمومة وقادرة على العمل فى غيبة الحوافز الخارجية. وبنمو الفهم والاستبصار والنضج لدى الفرد يتخلص من نزعاته المضادة للمجتمع.

ويحدث ذلك بتقدم الفرد فى العمر. ولكن مقدار ما يصيب المجتمع من دمار قبل بلوغه هذه السن يستحق أن تجرى من أجل مكافحته الدراسات العليمة وأن يعد لهؤلاء البرامج التأهيلية .Shunmugam, T. E., p. 244.

ثم هناك عامل الزمن، أى الوقت. اذ لابد أن تتفاعل هذه العوامل الوراثية والبيئية عبر فترة طويلة نسبياً من الزمن وإلا فلا يحدث تأثير يذكر. فإذا تعرض الفرد لظرف ضاغط ولكن زال هذا الضغط بعد فترة وجيزة من الزمن استرد الانسان عافيته وعاد الى صوابه فى الحال أما اذا استمر الضغط أو الخبرة القاسية أو الفاشلة لفترة طويلة من الزمن أدى ذلك لحصول السلوك المضاد للمجتمع. وعلى ذلك يمكن أن نقول ان الانسان ابن البيئة والوراثة معاً أو هو محصلة التفاعل بين العوامل البيئية والوارثية عبر فترة زمنية طويلة. ويمكن شرح ذلك بالمعادلة الآتية :

$$\text{الكائن الحى} = \frac{\text{العوامل البيئية} \times \text{العوامل الوراثية} \times \text{الزمن}}{\text{شدة مقاومة الفرد}}$$

هذه الضغوط المتراكمة والمتفاعلة تسقط على الفرد فتلقاها مقاومته وصموده وصبره وجلده وايمانه. فإذا ظلت المقاومة قوية ظل الانسان سوياً سليماً قادراً على أن يحيا حياة المواطن الصالح. وإذا زاد الضغط عن المقاومة حدث الانهيار وانجرف الانسان فى تيار الانحراف أو الشذوذ أو المرض.

رعاية المنحرفين والجانحين
والخارجين على المجتمع

لابد من قيام المجتمع بتوفير الرعاية النفسية والطبية والعقلية والاجتماعية والأخلاقية والروحية والدينية لأصحاب السلوك المنحرف لإعادتهم الى حظيرة المجتمع ولاتقاء شرورهم لأن سفاح واحد كفيل بأن يسبب الانزعاج والفزع لملايين المواطنين. ومن وسائل الوقاية والعلاج ضرورة توفير أخصائى نفسى فى كل مدرسة أو جامعة أو معهد وفى كل مصنع أو ناد أو ساحة شعبية وفى كل تجمع بشرى، مع التوسع فى انشاء النوادى والساحات للأنشطة الرياضية لقضاء وقت الفراغ للشباب فى أعمال مفيدة، خصوصاً فى الأحياء الشعبية المحرومة من الرعاية الاجتماعية والترفيهية وتوفير مساكن صحية صالحة للأسر التى لا يجد لها مأوى حماية لأفرادها من الضياع والتشرد والحرمان.

رفع مستوى معيشة الطبقات الكادحة اجتماعياً واقتصادياً وثقافياً وتعليمياً حتى لا تتولد مشاعر الحقد والكراهية والغل والبغض والسخط فى نفوس الطبقات المحرومة.

وكذلك محو الأمية الوظيفية والثقافية والسياسية وغرس مشاعر الانتماء الإسلامى والوطنى والعربى والأسرى فى نفوس أبناء المجتمع.

نشر برامج للتوعية بمخاطر الطلاق والهجر والانفصال وتصدع أركان الحياة الأسرية وإعداد مراكز للتوعية النفسية والصحة العقلية والتنشئة الاجتماعية السليمة.

وفيما يتعلق بدور التربية الحديثة فيجب ألا يقتصر دور الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين فى المدارس على تحويل الجانحين الى مكاتب الخدمة المدرسية بل يمتد الى محاولة تفهم أوضاعهم ومساعدتهم على تخطى العقبات فى سبيل المضى فى دراساتهم والتوافق مع زملائهم وذلك بعقد الدورات التدريبية المستمرة

وإعطاء المقررات المنشطة لمن هم فى الخدمة لتمكن المدرسة الحديثة من أداء رسالتها فى وقاية المجتمع وحمايته من الجنوح والانحراف والعنف والتطرف. وتطوير العمل بمكاتب الخدمة الاجتماعية المدرسية الخاصة بتقويم سلوك الطلبة الجانحين وتدعيم هذه المكاتب بالامكانات المادية والبشرية والفنية.

وليس هناك مانع من تقديم اعانات مادية للجانحين المحتاجين بعد بحث حالتهم الاجتماعية حتى لا يضطر الحدث للجنوح لاشباع حاجاته الضرورية. وان كنا نقر أن السسيوباتية أصبحت تنتشر بين الأثرياء.

هناك نوع من العلاج التتبعى a follow - up therapy أو الرعاية المتلاحقة. بعد الافراج عن المنحرف من السجن أو من المؤسسة أو المستشفى العقلى. ولذلك يجب الاهتمام ببرامج الرعاية اللاحقة لملاحظة ومتابعة الحدث الجانح بعد خروجه من المؤسسة الاصلاحية حتى لا يعود ثانية الى طريق الجريمة.

وتتم الرعاية اللاحقة بمتابعة الحدث بعد خروجه من المؤسسة وذلك بالتردد عليه بصفة منتظمة فى منزله ومحاولة حل مشاكله ومساعدته فى ايجاد عمل يناسبه. لأن معظم أصحاب الأعمال لا يقبلون الجانحين الخارجين من المؤسسات فى أعمالهم. ومن المفيد فى هذا الصدد حث أصحاب الأعمال على تفهم ظروف الجانحين وتشجيعهم حتى يصبحوا صالحين مرة أخرى. ويكون ذلك بتوزيع كتيبات عليهم أو عن طريق وسائل الاعلام المسموعة والمرئية والمقرؤة واصدار التشاريع القانونية التى تلزمهم بذلك.

والتوسع فى انشاء دور رعاية الجانحين الحديثة للقضاء على ما تئن به من الكثافة وتحسين معاملة هذه الدور لأبنائها.

العمل على عدم توفير فرص الاختلاط والتفاعل الضار بين أرباب الجرائم المختلفة داخل المؤسسة حتى لا تصبح هذه المؤسسات مدارس لتعليم ألوان جديدة من الجرائم، فقد يتعلم مجرم النشل جريمة السرقة وهكذا... من جراء المخالطة السيئة.

وحماية للحدث الجانح من تدهور صحته يجب توفير الرعاية الصحية اللازمة للجانحين حتى لا تنتشر بينهم الأمراض المعدية كالأمراض الجلدية والسل الرئوى وغيره.

توفير الأخصائيين الاجتماعيين والنفسيين المدربين تدريباً جيداً علمياً ومهنياً على العمل بالمؤسسات على أن يكون ذلك بالأعداد الكافية.

ولا يخفى ما لجو الحب والعطف والحنان والدفء والتعاون والاحترام المتبادل من أثر فعال فى إعادة الحدث الى جادة الصواب ولا يمكن أن ننسى دور التربية والوعظ والارشاد وتقوية الوازع الدينى لدى الحدث أو المنحرف الكبير. فالإيمان عاصم من الذلل وكابح للشهوات والملذات والطياش.

أصول العلاج النفسى السلوكى

الاتجاه التحليلى فى العلاج :

كانت المعالجات التحليلية أو الدينامية Dynamic therapy تعتمد على عمليات الاستبصار Insight أى الفهم الموضوعى لحالة المريض، وعلى عملية التفسير أو التأويل Interpretation، لأحداث المريض وحالته (١) وأعراضه، كذلك كانت تعتنق مبادئ فلسفية، منها أن هناك جانباً مظلماً غامضاً خفياً فى حياة الانسان هو اللاشعور (٢)، وهو منطقة مجهولة وغير مرتادة من الشخصية الانسانية تكمن فيه الدوافع اللاشعورية والميول والرغبات والنزعات والصراعات والعقد اللاشعورية.

كذلك الاتجاهات الانسانية فى العلاج، ومنها العلاج المتمركز حول العميل (٣) التى كانت تركز على وعى المريض بحالته، وبناء على هذا الوعى يستطيع المريض أن يتغلب على صعوباته. وكانت هذه المذاهب تؤمن بقدرة الطبيعة البشرية الفذة على الحتمية الذاتية لدرجة أنه لا يلزم إعطاء المريض أية نصائح مباشرة لكى يصل الى القرارات التى تصل به الى بر الأمان والشفاء. وكنا نواجه مفاهيم أخرى فى ضوء العلاج السلوكى Behaviour therapy. وإن كان منهج العلاج السلوكى يعتقد أصحابه فى أهمية الخبرة المبكرة للمريض، وعلى وجه التحديد الخبرات التعليمية الخاطئة Fuclty learning experiences. ويتفق المعالج السلوكى مع المعالج التحليلى فى ضرورة جمع كثير من المعلومات عن حياة المريض وتاريخه وخبراته، كما يحاول أن يتعرف على الأعراض Symptoms أو السلوك المشكل، ويتعرف كذلك على مواقف حياة المريض الراهنة التى يمكن أن تكون مرتبطة بهذه الأعراض، بعبارة أدق يسعى للتعرف على المحددات أو العوامل البيئية، والنتائج المترتبة على السلوك الحالى، وما هى البدائل الممكنة التى يمكن تنميتها. وبذلك يضع المعالج برنامجاً خاصاً لمعالجة المريض وتحريره أو تخليصه من أعراضه أو آلامه.

لا يهتم هذا المنهج السلوكي بالعلاقة بين المعالج والمريض أو عمليات مثل عملية التحويل transference. ولكن لا يخلو أى منهج من مناهج العلاج النفسى من وجود علاقة بين المعالج والمريض ونوع من الاتصال (٤) Communication.

ولكن المعالج السلوكى يهتم بتوفير المكافأة أو الجزاء أو التعزيز للمريض Rein force or reward كلما نجح فى ضبط أعراضه. وكأن المعالج آلة اجتماعية للتعزيز Social reinforcement machine. بمعنى أنه يطبق المبادئ السلوكية لتحقيق التعديل أو التغيير فى مواقف حياة المريض ويقترب المعالج السلوكى فى هذا الصدد من الأداء الطبى. ويأخذ أعراض المريض أو شكواه كما هى على وجهها السطحى ولا ينسب لها أية معانٍ أعمق، فأعراض المريض هى أعراض المريض كما هى، وعلى المعالج أن يساعد المريض، بحيث يتغلب عليها بصورة فاعلة وبصورة تقنية.

وهناك إجراءات عديدة يصعب على المرء حصرها، وتستخدم فى العلاج السلوكى، ولكن من أظهرها أسلوب سلب الحساسية المنظم، والتدريب التوكيدى «والانفجار الداخلى» (٥). يعالج سلب الحساسية حالات الفوبيا والسلوك القهرى والقلق. وكان هذا المنهج مؤسساً على أعمال بافلوف وهل، اعتمد وولب فى علاج القلق على ما سماه بالكف المتبادل Reciprocal inhibition على اعتبار أن القلق عبارة عن استجابة لعدد من المثيرات أو عدد من المواقف أو الأشياء، وهى استجابة مضادة لحالة الاسترخاء Relaxation على اعتبار أن الشخص لا يمكن أن يكون قلقاً ومسترخياً فى نفس الوقت، وعلى ذلك حاول وولب أن يدرب مرضاه بأن يكونوا فى حالة هدوء واسترخاء فى أثناء مشاهدة الأشياء التى يخافون منها، وبذلك يتغلبون على مخاوفهم الشاذة وسوف يؤدى هذا الارتباط بين الاسترخاء والمثير الى ضعف الرابطة بين القلق والمثير.

وأولى خطوات هذه المعالجة أن يدرب المعالج المريض أن يكون مسترخياً جداً بكل جسمه وعضلاته وأطرافه وحواسه وعقله عن طريق ما يسمى «باسترخاء

العمق» فى العضلات، حيث يطلب من المريض أن يحذف أو يزيل أو ينهى حالة التوتر من كل عضو من أعضاء جسمه مبتدأ ذلك بالأيدى ثم الأذرع ثم يمر الى باقى عضلات الجسم حتى يصل الى الرجلين والقدمين (٦).

تعليمات الاسترخاء تمهيداً للعلاج :

ومما يقوله المعالج للمريض بغية مساعدته على الوصول الى حالة الاسترخاء الكلى والتام والعام :

الآن أريد أن تستريح راحة تامة وكاملة على مقعدك. وإذا كنت تشعر بالاسترخاء أكثر فى حالة إغماض عينك، فأفعل ذلك. والآن حاول أن تركز بذهنك على أحسن شيء فيه سعادة وفيه استرخاء تستطيع أن تفكر فيه. ربما يكون الجلوس فى مكان هادئ، تقرأ كتاباً، أو تنظر من النافذة التى تطل على بعض الأشجار. الآن بينما أنت غارق فى الاسترخاء، فكر فى هذا الشيء أو هذا المنظر السار والمبهج والمريح. أود أنك تقبض قبضة يدك اليسرى بأقصى شدة تستطيعها، واستمر تقبض قبضة يدك ثم الآن استرخ وفك قبضة يدك. دع الاسترخاء يسرى من أصابعك الى يدك وسر به الى ذراعك. أدرس جيداً حالة الاسترخاء هذه وافهمها واستوعبها والآن أعد قبضة يدك اليسرى مرة أخرى بصورة أشد وأشد.... ثم الآن استرخ ثانية وأشعر بالراحة من التوتر ومن زوال التوتر واجعله يسرى حتى ذراعك. الآن أريدك أن تفعل نفس الشيء ولكن باستخدام قبضة يدك اليمنى هذه المرة. أقبض يدك اليمنى بأشد ما تستطيع، أدرس حالة التوتر هذه Tenion ثم استرخ Relax، وأشعر بالتوتر وهو يزول أو يتلاشى من جسدك وأشعر بالاسترخاء وهو يسرى من خلال أصابعك ويدك وذراعك. يمكن أن يمارس المريض هذه التدريبات فى منزله.

ويجرى المعالج حواراً مع المريض يتناول أعراضه أو شكواه، ثم يقومان معاً ببناء هرم حصرى من المثيرات Anxiety hierarchy أى وضع قائمة بالأشياء التى تسبب الشعور بالخوف، وكذلك المواقف المفزعة. ويتم وضع هذه المثيرات فى تدرج، تبدأ من تلك المثيرات التى تسبب الخوف الخفيف جداً، حتى تصل الى

أشد المثيرات إثارة للخوف لدى المريض، وقد تكون هذه القوائم تفصيلية للغاية. ففي حالة مريض كان يخاف من الطيران، وصلت مفردات القائمة الى ٥٠ مفردة، وتشمل مجرد أخذ القرار بعمل رحلة طيران، وشراء التذاكر للسفر، وعمل تجهيزات السفر، والذهاب الى المطار، وحركات صعود الطائرة، وارتفاعها والطيران ثم الهبوط. وهكذا.

وبالمثل يمكن أن نفكر في الأشياء المرتبطة بالخوف من الكلاب أو الخيول أو الأفاعي أو العناكب أو الظلام أو المياه الجارية أو النار أو الرعد والبرق أو المدرسة أو الأماكن العالية والواسعة وما الى ذلك. وبعد أن يصبح المريض قادراً على استرخاء عضلاته بكفاءة، يبدأ في المرور بكل مفردة من مفردات الهرم الحصري، حيث يبدأ المعالج في تطبيق منهج سلب الحساسية المنظم أي فقدان المريض للإحساس بمثيرات الخوف عنده.

بعد أن يخبر المريض المعالج بأنه قد شعر بالاسترخاء التام والكامل والمطلق يسأله المعالج أن يتخيل منظراً محايداً أي منظر يستخدم للضبط التجريبي، كأن يطلب منه أن يتخيل نفسه نائماً فوق شاطئ البحر في يوم شديد الحرارة. هذا المنظر يمثل الموقف الذي لا يثير الحصر، وهو المنظر الذي يعود اليه المريض للوصول الى حالة عدم الاحساس وفقدان الاحساس أو سلب الاحساس بالقلق كلما شعر بالقلق. ثم يبدأ المعالج بشرح أبسط المثيرات إثارة للقلق من بين الهرم الحصري. وإذا استطاع المريض وهو الآن في حالة تامة من الاسترخاء، أن يتخيل هذا المنظر دون أن يشعر بالحصر، ينتقل المعالج الى البند الثاني من الهرم الحصري، باستعراض منظر آخر في خيال المريض. وإذ شعر المريض بالقلق، فإن المعالج يطلب منه أن يعود الى الموقف الضابط أو الى الموقف السابق مباشرة، والذي سبق أن مر دون أن يشعر بالحصر. وتستمر عملية سلب الحساسية هذه من بند الى آخر أو من مثير الى آخر حتى نهاية القائمة أي أشدها إثارة وأكثرها قوة دون أن تحدث الاستجابة الحصرية.

وإذا كان هذا الأداء يشبه تعرض المريض لحالات من التنويم المغناطيسي فإن

ذلك ليس مستغرباً، فلقد استعان وولب فى محاولاته الأولى بالتنويم المغناطيسى Hypnosis للوصول الى حالة الاسترخاء والايحاء وبعد ذلك اكتشف أن استخدام منهج الاسترخاء العضلى أفضل من استخدام التنويم المغناطيسى (٧).

أما منهج التدريب التوكيدى Assertiveness training، فلقد وجد أن الاسترخاء ليس وحده الذى يتعارض مع القلق، فالقلق يتعارض مع التوكيد، فلا يمكن أن يكون الانسان قلقاً وتوكيدياً فى نفس الوقت من ذلك حالات الشعور بالخجل والحياء والانسحاب والانزواء والانطواء الاجتماعى فى المواقف الاجتماعية، كالشاب الذى لا يجد فى نفسه الشجاعة للحديث مع إمرأة، والمرأة قد تشعر بالارتباك أمام الطلبات غير المعقولة التى توجه إليها.

والهدف من العلاج بالتوكيد هو مساعدة المريض وتدريبه لإكتساب المهارات الضرورية لاتقان هذه المهارات الاجتماعية فى التعامل مع الناس، وعدم الخوف وعدم الكف أو القمع فى المواقف الاجتماعية. ومن أجل تحقيق أهداف العلاج يمارس المعالج منهج لعب الدور Role playing ومنهج التكرار Rehearsal.

ففى حالة رجل يعجز عن مواجهة الطلبات غير المعقولة منه فمثلاً فى حالة علاج مثل هذه الحالة : يسأل المعالج المريض قائلاً : أفترض أنت الآن أننى أحد معارفك، وحضرت إليك، وطلبت منك أن أستعير سيارتك ماذا تعمل دائماً فى مثل هذه الحالة ؟ أو ماذا تقول له ؟

يقول المريض : حسناً يبدو أننى سوف أقول نعم لا بأس. أنت وافقت على الفور، ولكن الحقيقة أنك لا ترغب فى إعارته سيارتك. ولماذا لا تجرب استجابة أخرى، كأن تقول لهذا الشخص حسناً يا صديقى أنا أود فعلاً أن أعيرك سيارتى، ولكنى أحتاجها أنا نفسى، لأننى ذاهب الى «البلد». وهنا يطلب المعالج من المريض أو العميل أن يكرر أو يعيد هذه العبارة ثانية ثم يأخذ فى تجربة هذا الموقف، حيث ينتحل المعالج شخصية صديقه الذى يطلب استعارة السيارة. فيرد العميل عليه بمثل ما رد به المعالج. وهنا يرد عليه المعالج قائلاً : كنت جيداً جداً فى محاولتك هذه، كنوع من التغذية الرجعية أو التعزيز (٨). ولكن هل

شعرت بالقلق فيرد لم أكن قلقاً على الإطلاق.

يشجع المعالج العميل على الواقعية Realism . وبالمثل مع الشاب الذى يشعر بالخجل الزائد من التعامل مع أفراد الجنس الآخر ولا يستغرق هذا المنهج التوكيدى فى العلاج أكثر من بضعة أشهر (٩).

العلاج عن طريق النمذجة أو التقليد *Modeling* :

من بين المناهج الفرعية المستخدمة فى العلاج السلوكى ما يعرف باسم النمذجة أو التقليد والمحاكاة أو تقديم النموذج السلوكى الطيب. ويرجع هذا المنهج الى عالم النفس البرت بنادورا Albert Bandura فلقد استخدمه بصفة أساسية، مع مرضى الفوبيا. ونظريته فى تفسير الفوبيا أكثر تعقيداً من نظرية ولب، حيث يعتقد بأن الفوبيا قد تتكون بطريقة مباشرة، بمعنى خلال تجربة صدمية واحدة وذلك بطريقة محيرة أو غامضة. وكذلك كما هو الحال مع الأم التى تخاف من الكلاب، فقد تغرس نفس هذا الخوف فى ابنها حتى وإن لم تعبر عن ذلك الخوف صراحة إطلاقاً. الولد يتأمل عقلياً حالة الخوف فى داخل أمه. فعندما يقترب الكلب من الأم، فإنها تؤدى بعض الحركات أو الشارات أو الايماءات التى تعد مفاتيح بالنسبة للطفل. من ذلك الرعشة أو اصفرار لون وجهها والمشى مسرعة. هذه المفاتيح أو تلك المؤشرات أو الدلالات يقوم الطفل بملاحظتها وبتفسيرها على أنها خوف من ذلك الحيوان. وحيث أن الأطفال يميلون الى تقليد والديهم دائماً، فإنهم فى هذه الحالة، يكونون خوفاً فوبياً من الكلاب مثلهم فى ذلك مثل ابائهم. ويعتقد باندورا بأن كلاً من الأم والابن يخفان من الكلاب لعدم وجود الشعور بالكفاءة الذاتية، يشعران أنهما لا يسيطران على حياتهما عندما يواجها من الكلاب. وعلى ذلك، فإن ما تم تعلمه عن طريق المثال يمكن محو تعلمه Unlearning بنفس الطريقة بمعنى منهج النمذجة ولقد أطلق على الطريقة التى يستخدمها فى هذا العلاج اصطلاح النمذجة بالمشاركة participant modeling . وفى هذا المنهج يحضر المريض موقف فيه أفعى مثلاً إذا كان يخاف خوفاً فوبياً من الأفاعى، ثم يقوم المعالج

يتناول هذه الأفعى كأن يقترب من قفص الأفعى ويلامسها. مرتدياً قفازاً سميكاً، وتمر هذه العملية بعدة خطوات حتى يتناول الأفعى ويده عارية تماماً، وذلك بصورة خالية تماماً من الخوف، وبطريقة مريحة للغاية وبعد أن يشاهد المريض المعالج على هذا النحو يقوم بتقليد كل الخطوات. وفى هذه الأثناء يعطيه المعالج جرعات مكثفة من التعضيد الانفعالى أو التشجيع الانفعالى Emotional Support على أن يتصرف بأسرع ما يمكن ويترك له الحرية، بأن يعمل ما يشاء، بحيث يجعل الموقف محتملاً وفى نفس الوقت يمتدح بحرارة كل خطوة يخطوها.

ويضيف بعض العلماء بعض التحذيرات لهذا الإجراء، من ذلك ضرورة أن يختار المعالج هذه الحيوانات الأفعى، الكلب، الفأر، من النوع غير الضار ولا يصلح حتى الأفاعى التى تعض، وإن كان عضها غير ضار أو غير سام، لا ينبغى أن تكون من النوع الذى يعض على الاطلاق. كذلك، فإننا إذا أجرينا هذه المعالجة مع الأطفال يجب أن نخبرهم بأن هناك، مع ذلك، أفاعى أخرى فى غاية الخطورة [١٠].

العلاج عن طريق «الانفجار الداخلى» *Implosion* :

فى الواقع، جميع المعالجين السلوكيين يضعون اهتماماً كبيراً على فكرة التعزيز الايجابى positive reinforcement ، فلابد وأن يبقى المعالج متعاطفاً ومشجعاً للمريض طوال خطوات العلاج. ومع ذلك، ففى الامكان محو الفوبيات باستخدام التعزيز السلبى Negative reinforcement كالعقاب، وإن كان العقاب غير مستحب بين أوساط المعالجين على الرغم مما يشاع عنهم بأنهم غير شخصيين Impersonal وأنهم ميكانكيين Mechanistic لكنهم لا يرغبون كثيراً فى استخدام منهج العلاج بالتقزز أو النفور أو الاشمئزاز aversive conditioning كأن ندس لمدمن الخمر عقاراً مقيئاً فى كأس الخمر يسبب له القذف والتقزز والاشمئزاز وألم القيء. ولكنهم يلجأون اليه كمحاولة أخيرة. ويفضل الاحتفاظ بهذا المنهج لمعالجة الحالات المضطربة جداً أو الصعبة كتلك

الاضطرابات التى قد تدمر حياة الانسان، أو لحماية المجتمع من خطر كبير. ومع ذلك هناك بعض العلماء الذين استخدموا منهجاً عقابياً مع بعض مرضى العصاب النفسى punitive technique وهو المعروف باصطلاح الانفجار الداخلى Implosion فبدلاً من أن يقوم المعالج بتقديم التأكيدات، يحاول المعالج أن يفزع أو يردع أو يخيف المريض to scare، حيث يتضمن برنامج العلاج جعل المريض يتخيل الموقف أو المثير المخيف بأقصى درجات الشدة والحيوية والقوة وأن يخبر كل الانفعالات التى يثيرها هذا المثير المخيف، حتى يثير المعالج حصر المريض فى أقصى درجاته الممكنة عن طريق الاستمرار المتدرج فى عرض المواقف المخيفة، حيث يبدأ المعالج بالمثيرات البسيطة ويستمر حتى يصل الى أقصاها وتستمر الجلسة نحو ٣٠ – ٦٠ دقيقة. وتنتهى الجلسات عندما ينخفض الحصر، وبعد ذلك يكلف المريض بأن يعيد تخيل هذه المناظر وحده حتى تنخفض حدة الحصر.

ويلاحظ أن منهج الانفجار الداخلى هذا عكس منهج سلب الحساسية المنظم ولكنهما يؤديان الى نفس النتائج.

ما هو المنطق العقلانى الذى يكمن وراء هذا المنهج العلاجى ؟

عندما يخبر الانسان، بصورة متكررة، حالة الحصر الشديد دون المعاناة من النتائج الخطيرة، فإن الحصر يتلاشى فى النهاية، حيث يتعلم المريض أنه لا يوجد ما يستدعى الخوف.

ولكن فى الحقيقة هناك بعض علماء العلاج السلوكى الذين يؤمنون ببعض المفاهيم التحليلية، من ذلك الاعتقاد بفكرة الجمود Fixation بأن أعراض المريض ما هى إلا انعكاسات لصراعات لا شعورية. ولكن هذا المنهج أى الانفجار الداخلى الانفعالى ينطوى على خطورة كبيرة ولا ينبغى استخدامه إلا بعد إجراء المزيد من الدراسات التجريبية للتحقق من جدواه على شرط ألا يمارسه إلا معالج كفء ومؤهل تأهيلاً جيداً (١١).

المراجع والهوامش :

(١) تشير الأعراض Symptoms الى شكاوى وآلام المريض كالقلق والاكتئاب والصداع والأرق والشك والريبة وسماع الهلاوس والهذاءات أو الضلالات والبلادة الإنفعالية والفراغ العاطفى والجمود العاطفى والخطأ فى الاستدلال.

(٢) يشير مصطلح اللاشعور الى تلك المنطقة المجهولة والغامضة من الذات الانسانية والتى تحتوى على الدوافع والرغبات والمشاعر المكبوتة أى المنسية كالعقد وأعراض الأمراض النفسية وزلات القلم وهفوات اللسان والحيل الدفاعية اللاشعورية كالكبت والتقمص والاسقاط والعدوان والانكار والابدال والازاحة والعكسية والتبرير.

(٣) يرجع هذا النمط من العلاج النفسى الى عالم النفس الأمريكى (كارل روجرز) وفيه تترك الحرية للعميل أو المريض لتحديد جلسة العلاج وما يدور فيها من حوار ونقاش وينحصر دور المعالج فى تقديم التأييد والتعضيد والفهم والقبول وإنعكاس أو ترديد عبارات العميل والكشف عن معاناتها النفسية.

(٤) عبد الرحمن العيسوى، العلاج النفسى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٩٤.

(5) Gallatin, p. 356 J. Abnormal Psychology, Macmillan, New York, 1982.

(٦) الاسترخاء من العمليات المفيدة والنافعة لجسم الانسان وعقله ووظائفه منذ القدم حيث كانت هناك تمارين اليوجا والتأمل التى تمتد الى محاولات الهنود تلك التى تبين أنها تخفض من ارتفاع ضغط الدم وتقلل من حدة الشعور بالقلق.

(٧) يشير التنويم المغناطيسى الى حالة تشبه النوم يكون الانسان فيها فى حالة نعاس ولكنه ليس نائماً نوماً كاملاً بحيث يظل يستقبل المثيرات وصوت المعالج وتعليماته ويستجيب لها كما لو كان فى حالة تخدير. والقصد من استخدامه هو التقليل من «مقاومة» المريض ورفضه الإفصاح عن أسراره ومكنونات ذاته.

(٨) يشير اصطلاح التغذية الرجعية الى توفير نوع من التعزيز والمكافأة المادية أو المعنوية يتلقاها العميل كلما أجاد فى استجابته فتعزز هذا السلوك المرغوب فيه ومن ثم يميل الى تعلمه وتكراره فى المستقبل أو يبذل مزيداً من الجهد لمزيد من النجاح.

(9) Gallatin, p. 358.

(10) Op. cit., p. 359.

(11) Op. cit., p. 360.

أضواء على منهج العلاج
النفسى السلوكى

إمتداد نشاط العلاج السلوكي :

على الرغم من أن مرض الصرع [١] مرض عضوى Epilepsy وتستعمل فى علاجه العقاقير وفى قليل من الحالات يلزم استخدام الجراحة فى الحالات العنيفة، والتى تتضمن خطراً على المحيطين بالمريض، على الرغم من هذا، إلا أن العلاج السلوكى يلصح لعلاج بعض حالات الصرع ويقصد بالعلاج السلوكى ذلك المنهج العلاجى الذى يعتمد على مبادئ التعلم الشرطى كالتعزيز والكف والانطفاء. من ذلك تطبيق برامج علاجية تقوم على أساس الاشتراط الأدوى Operant Conditioning وهو ذلك التشريط الذى ينحدر من أبحاث سكنر وتعتمد على بعض الاجراءات والأدوات من ذلك تقديم المكافآت الظاهرة للمريض. وفى حالة علاج طفلة سن ١١ عاماً من مرض الصرع، احتفظ المعلمون بخريطة يضعون فيها الأوقات التى لا تصاب فيها الطفلة بنوبات الصرع Seizure - Free times ، وعلى وجه التحديد فى أوقات الصباح، الظهر، وبعد الظهر، وتم تشجيع هذه الطفلة بحيث تتحدث لمعلميها إذا ما شعرت بالقلق إزاء أى موضوع وبذلك أمكن تقديم سلوك بديل أمامها يحل محل النوبة. وكان المعلمون يقدمون لها مكافآت عبارة عن المديح والحلوى كلما نجحت فى حماية نفسها من النوبات الصرعية خلال أسبوع مدرسى [٢].

ولقد انخفضت نوبات الصرع بشكل ملحوظ وقررت الفتاة أنها أصبحت أقل خوفاً حول حالتها الصرعية هذه.

وهناك مناهج أخرى متعددة يمكن استخدامها فى علاج الصرع، من ذلك التغذية الرجعية الحيوية biofeed back وسلب الحساسية المنظم systmatic desensitization والتنويم المغناطيسى Hypnosis ومنهج وقف أو إيقاف تيار

الأفكار.

كأن ندرب المريض أن يقول كلمة «قف» Stop عندما يشعر بإقتراب مهاجمة النوبة له. بل أن العلاج النفسى التحليلى الدينامى يصلح فى تخفيف حدة مرض الصرع ونوباته.

العلاج النفسى السلوكى التحليلى :

فى بداية نشأة العلاج السلوكى كان أصحابه يزعمون أنه أكثر فاعلية وجدية فى العلاج عن منهج العلاج بالتحليل، وذلك بسبب النقد الذى واجه نظرية التحليل النفسى من غير أنصارها وحالة عدم الرضا التى كانت سائدة بين أنصارها أنفسهم.

ولكن الدراسات الحديثة أكدت أن الأنماط المختلفة من العلاج لا تختلف كثيراً فى نتائجها.

وللتحقق من الأثر النسبى لأنواع معينة من المعالجات، أجرى سلوون Sloane وزملاؤه دراسة على ٩٠ مريضاً فى مستشفى جامعة تمبل من العيادة الخارجية تم تقسيمهم الى ثلاث مجموعات فرعية :

١ – المجموعة الأولى خضعت للمعالجة وفقاً لمنهج التحليل النفسى.
٢ – المجموعة الثانية خضعت للمعالجة وفقاً لمنهج العلاج السلوكى.
٣ – المجموعة الثالثة وضعت فى قائمة الانتظار أى لم تتلق بعد أية معالجة.

وكان هناك؛ عدد من المعالجين، بحيث اختص كل معالج بعشرة من المرضى. وكان المعالجون جميعاً من أرباب الخبرة الممتازة فى مجال العلاج. من بين هؤلاء المعالجين أرنولد لازارنوس وجوزيف ولب Arnold Lazarus and Joseph Wolpe واستمر تقديم المعالجة لهؤلاء المرضى أربعة شهور. وكان مساعد المعالج يتصل بهم تليفونياً كل أسبوعين للاطمئنان على حالاتهم. وبعد انتهاء المعالجة تم تقويم المرضى واستجوابهم ومعهم المجموعة الضابطة التى لم تتلق أية معالجات ولكنها كانت متساوية مع أفراد المجموعات الأخرى. كذلك تم

الاتصال بواحد من أقارب كل مريض لمعرفة رأيه فى مدى تحسن قريبه المريض. ودلت النتائج على أن المجموعتين اللتين تلقيتا العلاج كانت أفضل من المجموعة الضابطة التى ظلت طوال الشهور الأربع فى حالة انتظار دورها فى تلقى المعالجة وكانت نتائج المعالجة السلوكية أفضل قليلاً ولكن الفرق الملاحظ لم يصل الى حد الدلالة الإحصائية.

الاشتراط التقززى :

من بين المناهج الفرعية فى العلاج السلوكى العلاج عن طريق التنفير أو الكراهية أو التقزز أو النفور Aversive أى عن طريق الاشتراط التقززى Aversive Conditioning.

ويستخدم هذا النمط من العلاج النفسى السلوكى فى حالات إدمان الخمور Alcohobics. ولكن علماء النفس يتحفظون ويترددون فى استخدام العقاب فى العلاج النفسى أو التقزز أو النفور والكراهية، ذلك لأن من أخلاقيات العلاج النفسى المحافظة على والتمسك بالقيم الأخلاقية، فلا نؤذى مشاعر المريض ولا نحدث له ألماً. وعلى ذلك لا يستخدم هذا المنهج إلا كمحاولة أخيرة، عندما تعجز المناهج الأخرى عن تحقيق الشفاء للمريض. ولكن النظرة للإدمان على أنه تهديد لحياة المريض، وأهله، وأنه اضطراب مدمر، وأنه من الصعب التغلب عليه تجعلنا نقبل إستخدام العقاب أو التقزز فى علاجه (٤).

فهناك دواء معروف لدى الأطباء البشريين ويستخدمونه أحياناً يعرف باسم Disulfiran وتعاطيه يجعل المدمن مريضاً جداً إذا ما تعاطى أية كمية صغيرة من الخمر. ويمكن إعطاء الخمر للمدمن ومعه صدمة كهربائية بحيث يصبح مثيراً مقززاً Aversive Stimulus.

ومن بين هذه المناهج ما يعرف باسم منهج الاحساس الكامن Covert Sensitization ويعتمد على خيالات المريض نفسه. حيث يطلب من المريض أن يتخيل أنه يسير ذاهباً الى الحانة، وأن يطلب كوباً من الخمر، وأنه أصبح مريضاً جداً. ويتخيل المريض أنه استفرغ أو تقيء، وأن القيء سقط فى كوب البيرة، وعلى

جدرانها وأن القيء بدأ يطفو فوق البيرة، وأنت الآن تنظر الى قدح البيرة بهذا الشكل الباعث على التقزز والقرف، لأنك ترى قيئك مختلطاً بالبيرة. وأنت تشعر بأن حالتك تسوء وتسوء أكثر فأكثر، وأنت واقف أمام البار، وأنت تمسك بالقدح وتهزه بما فيه. والآن بدأت تشعر بالقرفة أزيد وأزيد وهى تنبع من داخلك من المعدة. وبدأت تشعر بتغير فى المذاق وأن طعم المرارة بدأ يصل الى لسانك؛ وأنت الآن لونك أصفر وأخذت حالتك فى الضعف والضعف وأخذك المرض والمرض والقرف......

والآن تشعر أنه يكفى هذا، وأن هذا يجب أن يتوقف، فتعود جارياً خارج الحانة، وما أن تخرج فى الخارج حتى تشعر بالتحسن، تشعر بشعور أو بحس الاسترخاء، إحساس بالراحة Relief، أنه لخير لك أن تظل بعيداً عن البيرة، أنه خير لك أن تظل بعيداً عن القرف والمرض.

ويلاحظ أن هذا المنهج أفضل من المناهج الأخرى فى العلاج السلوكى، تلك التى تسبب بطريقة مكشوفة وظاهرة الألم للمريض من جراء الاشتراط التقززى لأن هذا المنهج أقل ازعاجاً من الناحية الأخلاقية. لم يجعل المعالج المريض مريضاً فعلاً ولم يعرضه للألم الفعلى. هذا المنهج لا يحتاج الى أجهزة خاصة وما أن يتعلمه المريض حتى يستطيع أن يمارسه بمفرده والمفروض أن يمارسه بمفرده منذ البداية.

وبدلاً من إتباع منهج واحد، يميل بعض علماء النفس، فى الوقت الرهن لإستخدام عدة مناهج مشتركة وذلك فى إطار العلاج السلوكى Multimodal behavioural therapy من ذلك البرامج التى تدمج بين أساليب التعلم الشرطى التقليدية وبعض المناهج الجديدة كالعلاج المعرفى Cognitive tech iques، ففى خلال الجلستين الأوليتن من جلسات العلاج سمح لمدمنى الخمر بالشرب حتى تم سكرهم تماماً، ثم أجريت معهم مقابلة وتم تسجيل الموقف كله للاستفادة منه فيما بعد. وفى الجلسة الثالثة قابلهم المعالج وشرح لهم خطة العلاج. وفى الجلستين الرابعة والخامسة استمع المرضى لشريط التسجيل ذلك التسجيل الذى

تم لهم وهم فى حالة سكر تام، وفى الجلسة السادسة يطلب منهم المعالج إكمال عمل صعب التنفيذ. فيشعرون بالفشل والاحباط ويعقد المعالج معهم مناقشة يشرح لهم كيف كانت استجاباتهم، ويشرح لهم بعض الطرق الأكثر بنائية للتغلب على فشلهم. وخلال العشر جلسات التالية من السابعة حتى السادسة عشر يدخل المرضى مرحلة ضبط المثير Stimulus Control فى البرامج. ويجلسون فى غرفة فيها المشروب متاح لمن يشاء. وعندما يتصرفون بحرية ودون انضباط ويتناولون الشرب، تعرضوا لصدمة كهربائية. وعندما كانوا يضبطون أنفسهم ويقيدون رغبتهم، كان يسمح لهم بشرب كمية بسيطة من الكحول. وتم تسجيل حالاتهم فى أثناء الجلسة ١٦ ثم عرض لهم فيلم سينمائى لهم وهم تحت التأثير فى الجلسات الأولى والثانية.

ويلاحظ أن هذا المنهج لا يمنع المرضى كلية من الشراب. وكان الهدف ضبط عادة الشرب. ولكن الهدف النهائى هو منع المدمن من العودة للشرب طوال حياته وهذا هو الهدف الذى يقره معظم العلماء (٥).

على أن التشريط قد يحدث تلقائياً بعيداً عن جو المعلم أو المختبر من ذلك أن ممارسة الفرد للجنس لأول مرة إذا كانت مقززة، فيحدث له ما يشبه التشريط التقززى بنفس الطريقة التى تتكون من خلالها الفوبيات أى المخاوف الشاذة. فإذا تعرض الانسان للصدمة على هذا النحو فقد يصعب عليه التمتع بالإشباع الجنسى فيما بعد. فالتجارب المبكرة فى حياة الانسان تترك بصماتها فى حياته المقبلة. وقد يصاب بالعجز أو الضعف الجنسى فيما بعد Impotent وقد تظل حالة الضعف هذه لفترات طويلة، ويظل المريض قلقاً حول قدرته الجنسية، وخاصة تجارب العبث التى قد تحدث فى مرحلة المراهقة. وهناك برامج تعد لعلاج أصحاب الضعف أو الصعوبات الجنسية للمتزوجين عن طريق تخليصهم من الصراعات الانفعالية العميقة وفى الغالب ما يستمر برنامج العلاج لمدة أسبوعين. وبالطبع يبدأ العلاج بإجراء فحوص طبية جسمية متعمقة جداً للتأكد من خلو المرضى من العلل العضوية التى قد تؤدى الى الضعف الجنسى ويساعد المعالج

رجل وإمرأة تم تدريبهما بدقة، يقومان بشرح تفاصيل البرنامج للمريض والمريضة بكل دقة، ويطلب منهما أن يمارسا هذا التدريب وحدهما. كما يحضر المرضى جلسات للارشاد النفسى للتغلب على أية صعوبة تظهر ولضمان استمرار التقدم. ويتم تشجيع المريض للتعرف على أية صراعات تكون عائقاً بينهم وذلك للقضاء على الكف الجنسى هذا. وفى هذه الحالات يفترض أن القلق هو الذى يعرقل النشاط الجنسى السوى، ولذلك يتم إرشادهم للتخلص من هذا القلق أو الضغط (٦).

وينقلنا هذا التحليل الى نقطة بالغة الأهمية وهى علاج اضطرابات الأطفال تبعاً لمنهج العلاج السلوكى.

العلاج السلوكى مع الأطفال :

لقد حاول علماء النفس السلوكى إبتكار مناهج لعلاج اضطرابات الأطفال باستخدام تقنيات العلاج السلوكى من ذلك منهج سلب الحساسية المنظم Systemic desensitization ويتضمن هذا العلاج التعرف على المثيرات والمواقف والأحداث التى تثير القلق أو الخوف فى الطفل، ثم وضع هذه المثيرات فى قائمة على شكل هرمى متدرج Hierachy تبدأ بأبسط المثيرات قدرة على إثارة خوف الطفل، ومنتهية بأكثرها إثارة للقلق والخوف الفوبى فى نفس الطفل.

وعن طريق المناقشة الرقيقة مع الطفل يتعرف المعالج على القدوة أو المثال الطيب الذى يتخذه الطفل، وتلك الشخصية فى الغالب ما تستمد من المذياع أو السينما أو الأدب أو فى خياله الخاص ويتعرف على رغبات الطفل، ومن يرغب الطفل التوحد وإياه.

ويطلب المعالج من الطفل أن يغلق عينيه ثم يبدأ المعالج يقص على الطفل قصة على شرط أن تكون قريبة من حياة الطفل اليومية وتتضمن هذه القصة شخصية البطل الذى يحبه الطفل ويرغب فى التوحد معه، ويمثل هذا البطل الشخصية الرئيسية فى القصة. وعندما يصبح الطفل مسترخياً ومستغرقاً فى القصة، عندئذ يبدأ المعالج فى عرض أول مثير من مثيرات الخوف فى القائمة المتدرجة

لمثيرات الخوف ويدخلها في القصة. ويطلب المعالج من الطفل أنه إذا ما شعر بالقلق عليه أن يرفع أصبعه مشيراً الى ذلك.

إذا شعر بالخوف أو القلق أو عدم السعادة أو عدم الراحة، فما عليه إلا أن يرفع أصبعه وعند رؤية هذه الاشارة يسحب المعالج المفردة المزعجة من القصة، ثم يشجع الصغير على الاسترخاء مرة أخرى.

ويستمر هذا العرض حتى يفقد الطفل تماماً الشعور أو الاحساس بالخوف من تلك المثيرات المخيفة أو المقلقة. كذلك نجحت برامج أخرى في وقف عادة التبول اللارادى في الأطفال Enuresis أى عادة بل الفراش.

ومنذ وقت مبكر يرجع الى الثلاثينات من هذا القرن، ظهرت محاولات لعلاج التبول اللارادى، وذلك بوضع وسادة مكهربة في مخدع الطفل. هذه الوسادة تصدر صوتاً عالياً أو انذاراً أو جرساً، إذا ما أصابها البلل من بوال الطفل وعلى الاباء أن يضحوا بقدر من نومهم في سبيل شفاء أطفالهم من عادة التبول اللارادى. ويربط جهاز الانذار هذا بسرير الطفل، ويشرح الطبيب للأسرة ما ينبغى أن يحدث طوال الليل وينصح الطفل بعدم شرب ماء أو سوائل كثيرة قبل النوم مباشرة، ويتم ايقاظه كل ساعة لتفريغ مثانته، ويمتدح الطفل كلما نجح وذهب للتبول في كل ساعة زمنية. وفي كل مرة يفشل الطفل في الاستيقاظ ويبل فراشه، عليه أن يقوم بتغيير الملايات وإعادة فرش السرير بنفسه عدة مرات كنوع من العقاب له. ويقصد هذا البرنامج الربط بين ملء المثانة والاستيقاظ لتفريغها.

المراجع والهوامش :

(١) الصرع مرض عصبى عضوى المنشأ يحدث من وجود تقلصات فى المخ ومن أعراضه التشنج وفقدان الوعى وخروج الزبد من فم المريض مع تغيير فى لون الجلد وتسيب القولون والمثانة أحياناً.

(2) Gallatin, J., Abnormal Psychology, Macmillan Publishing Co., N. York. 1982. p. 192.

(٣) التغذية الرجعية البيولوجية ضرب من التعزيز الذى يعقب استجابات الفرد الناجحة.

(٤) عبد الرحمن العيسوى، العلاج النفسى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٩٤.

(5) Gallatin, p. 445.

(6) Op. cit., p. 481.

(7) Op. cit., p. 713.

الفصل السادس
من الآثار النفسية للقيم الإسلامية

* دور اسلامنا الحنيف فى تنمية الضمير الأخلاقى.
* سيكولوجية الجهاد.
* الأمن النفسى فى الإسلام.
* الآثار النفسية للمبادئ الإسلامية.
* الأسس الإسلامية والطبية لعلاج البوال الليلى والوقاية منه.



دور إسلامنا الحنيف
فى تنمية الضمير الأخلاقى

أهمية الضمير الأخلاقى فى حياة الانسان :

كان يشار الى الضمير قديماً فى التراث بأنه ملكة فطرية مغروسة إلهياً فى الانسان تمكنه من أن يحكم حكما صائباً على المسائل الخلقية، ولكن علماء النفس يعتبرون الضمير قدرة داخلية تتكون فى الحياة الحاضرة. فالضمير يشير الى وظائف يقوم بها الفرد فى المجال الأخلاقى حيث يوافق أو يرفض بعض مظاهر السلوك. فهو قوة داخلية للحكم على الأمور الأخلاقية.

والضمير يشبه فى وظائفه وتكوينه «الذات العليا» فى نظر التحليل النفسى. ويوصف بأنه نظام الفرد فى قبول المبادئ الأخلاقية أو مبادئ السلوك أو يشير الى وظيفة هذا النظام ازاء فعل معين ويتضمن عناصر عقلية وانفعالية يوصف الضمير بأنه القاضى الداخلى أو الرقيب الداخلى أو رجل الشرطة الداخلى، القاضى الذى يحاسب صاحبه على كل كبيرة وصغيرة وعلى ارتكاب الأخطاء والمعاصى والآثام والذنوب والخطايا ويجعله يشعر بالذنب أو بلوم الذات وتأنيبها وتعنيفها وزجرها وعقابها. وهو رجل الشرطة الداخلى الذى يسعى جاهداً لمنع وقوع الجريمة قبل حدوثها. وهو كالرقيب يمنع انفلات السلوك. فله وظيفة وقائية ووظيفة ردع وانزال العقاب، ويختلف الضمير فى قوته وكثافته وفاعليته من فرد الى آخر. وللآباء والأمهات والكبار عامة دور كبير فى نشأة الضمير وتكوينه وتنميته، ذلك لأنه يتكون وينمو عن طريق ما يلقاه الفرد من الأوامر والنواهى والتعريف بالحلال والحرام والصائب والخطأ والحق والباطل من الاباء والأمهات. ولذلك يقال أن الضمير الأخلاقى بديل عن الآباء والأمهات. والضمير هو القوة الداخلية الذاتية التى تجعلنا نبتعد عن الحرام، أو الاجرام أو السرقة فى غيبة السلطة الخارجية وحتى عندما يكون الانسان متأكداً من أن أمره لن ينكشف، فإن ضميره هو الذى يمنعه من أن يرتكب الآثام [1].

ولذلك فى حالة انعدام تكوين الضمير أو ضعفه من جراء انعدام الرعاية الوالدية أو الاشراف الأبوى والتنشئة الاجتماعية والأخلاقية الصالحة، فى هذه الحالة يصاب الفرد بحالة تعرف باسم السيكوباتية. فما الذى نقصده بالسيكوباتية ؟

مفهوم السيكوباتية أو العته الأخلاقى أو الجنون الأخلاقى :

السيكوباتية عبارة عن اضطراب من اضطرابات الشخصية يعانى صاحبه من ضعف الضمير وعدم الشعور بالمسئولية وعدم الرغبة فى تحملها. ويمتاز الشخص السيكوباتى بعدم الشعور بالذنب أو بتأنيب الضمير بعد ارتكاب الأعمال غير الأخلاقية. كما أنه لا يستفيد من تجاربه السابقة، بل أنه لا يستفيد حتى مما ينزل به من العقاب، ولذلك يعاود الجريمة، وتكثر السيكوباتية فى صورها المتطرفة فى معتادى الاجرام وفى محترفات الدعارة وبين الأحداث الجانحين. وسمات الشخص السكيوباتى العدوان والرغبة الجامحة فى اشباع دوافعه وحاجاته ولو على حساب الآخرين. ولا تؤثر حالة السيكوباتية فى ذكاء الفرد. ولذلك نجد كثيراً منهم يشغلون مناصب عالية ولكنهم يتورطون فى جرائم تحتاج الى قدر من الذكاء..... كالنصب والاحتيال والتزوير والتزييف. ويعجز المريض عن ضبط أو قمع الدوافع المضادة للمجتمع والمضادة للقيم الأخلاقية. ويتسم الشخص السيكوباتى بالأنانية والطمع والجشع وحب الاستغلال والابتزاز وامتصاص دماء الغير ويميل الى الكذب والرياء والنفاق والرغبة فى الأذى والانتقام والاستحواذ والضلال ويمتاز كذلك بالجمود العاطفى وبأن عواطفه جوفاء وان بدا جذاباً من الناحية الاجتماعية.

هذا ولا توجد السيكوباتية أو العته الأخلاقى بدرجة واحدة فى جميع الناس، وإنما توجد بدرجات متفاوتة من الشدة كما هو فى المجرمين العتاة ومعتادى الاجرام والقتلة ومرتكبى جرائم الاغتصاب. وتوجد أيضاً بدرجات بسيطة فى التاجر الغشاش والرئيس الظالم والموظف المستهتر وهكذا...

ويمكن للمجتمع أن يحمى أبناءه من الاصابة بضعف الضمير هذا عن طريق

اتقان عملية التنشئة الأخلاقية والاجتماعية والسياسية والعلمية الصالحة لتحقيق الشخصية المتكاملة المؤمنة والأخلاقية والقادرة على الخلق والابداع والانتاج والعطاء.

أصول التنشئة الاجتماعية :

هى العملية التى يكتسب الفرد من خلالها قيم المجتمع ومعاييره ومثله ومبادئه وعاداته وتقاليده ومعتقداته وفلسفاته ومذاهبه، المجتمع الذى يعيش الفرد فى كنفه، بحيث يصبح الفرد عضواً نافعاً ومتكيفاً ومنتجاً فى المجتمع. وعن طريق هذه العملية يصبح الطفل حساساً للمثيرات الاجتماعية كالضغوط والواجبات اللازمة لحياة الجماعة. ومن خلال هذه العملية يتعلم الطفل كيفية التكيف مع الجماعة وقبول قيمها ويسلك مثل سلوكهم وتبعاً لثقافتهم، وبذلك يصبح الطفل بحق، كائنا اجتماعياً. فعن طريق هذه العملية تنمو انسانية الانسان ويصبح مقبولاً فى المجتمع غير خارج عليه ويقبله المجتمع كما يقبل هو المجتمع (٢). وعنها يتحول الطفل من كائن حى الى كائن اجتماعى. وتساعد هذه العملية على تكيف الفرد وامتثاله لقيم المجتمع وقبولها وبالتالى التمتع بالصحة العقلية والنفسية الجيدة.

أهمية عملية الامتثال لقيم المجتمع ومثله ومعاييره :

لكى يظل المجتمع متماسكاً متحداً ومتضامناً، لابد من أن يقبل أفراده القيم والمعايير والمثل وأنماط السلوك التى يضعها المجتمع. فالثقافة الواحدة آداة توحيد بين أفراد المجتمع. ففى عملية الامتثال أو الطاعة خضوع الفرد لنوع معين من المعايير والقيم والمبادئ والأهداف والخطط والفلسفات والقواعد والأدوار والمستويات التى يضعها المجتمع ويؤمن بها، ومن جراء الامتثال أن يشبه الفرد فى سلوكه واتجاهاته غالبية أفراد الجماعة. ويعد الفرد متكيفاً ومقبولاً اذا قبل هذه الأنماط الفكرية والسلوكية، ويعد شاذا اذا خرج عنها. وينتقد هذا الاتجاه الامتثالى فى علم النفس بالقول بأنه قد يؤدى الى جمود المجتمع وحرمانه من جهود الرواد والقادة ودعاة الاصلاح والتطوير والتغيير والتجديد. وينال هذا الاتجاه بعض الشىء

من الحرية المطلقة للفرد.

والتربية الضميرية أو الخلقية عاصم من الجنوح والجريمة والإتيان بالسلوك المضاد للمجتمع وخرق القانون أو خرق القواعد الأخلاقية.

الهدى الإسلامي في تنمية الضمير الأخلاقي :

لقد كان لإسلامنا الحنيف فضل السبق على النظريات الغربية في التربية وعلم النفس، ذلك لأن التعاليم الإسلامية نابعة من القرآن الكريم ـ كلام الله ـ وهو أعلم بالطبيعة البشرية عن أى علم من العلوم لأنها من صنع البشر، وما هو من صنع الله أقوم وأعظم مما هو من صنع البشر... فالتعاليم الإسلامية تغذى الفطرة السوية الصحية وتقويها.

وتقوم التربية الاسلامية للفرد على عدة أسس وقواعد سوية صالحة منها التأسى والاقتداء والاهتداء بالرسول الكريم الذى يصفه الله عز وجل بالقول ﴿**وأنك لعلى خلق عظيم**﴾ (القلم ٦٨) فلنا فى رسول الله ﷺ أسوة حسنة ومثالاً طيباً نقتدى به فى كل مظاهر سلوكنا الفردية والجماعية.

ومن مبادئ تربية الاسلام لأبنائه التحلى بالعلم وطلبه والسعى الدؤوب لاكتسابه واعتبار طلب العلم سعى فى طريق الجنة مصداقاً لقوله تعالى فى طلب العلم والتزود به ﴿**وقل رب زدنى علما**﴾ (طه ٢٠). التزود بالعلم النافع الخير الذى ينفع الناس جميعاً وليس العلم الذى يقود الى الشر والدمار والخراب والسطوة والعلم فى شتى مناحى المعرفة وخاصة المعرفة الدينية الروحية والايمانية.

ويربى الاسلام أبناءه على لوم الذات وتأنيبها وزجرها وعقابها وتعنيفها حتى يقوى الضمير الخلقى فيها ويزداد يقظة وفاعلية ويصبح حيا حارساً لصاحبه ومانعا اياه من ارتكاب المعاصى والذنوب ﴿**ولا أقسم بالنفس اللوامة**﴾ (القيامة ٧٥).

وتستهدف التعاليم الاسلامية نشأة المسلم على التوسط والاعتدال وعدم الافراط أو التفريط أو الاسراف أو التطرف أو الاهمال واللامبالاة أو الشذوذ.

ودائماً كانت أمة الاسلام أمة وسطاً، تأمر بالمعروف وتنهى عن المنكر اهتداء بقوله تعالى **﴿وكذلك جعلناكم أمة وسطاً لتكونوا شهداء على الناس﴾** (البقرة ٢).

ومن المبادئ القيمة في التنشئة الأخلاقية على الهدى الاسلامي تربية الفرد على الشعور بالمسئولية والقدرة على تحملها وعدم التهرب منها وانذار الفرد بأن هناك ثواباً وعقاباً حتى يردع نفسه ويقي نفسه ويلات العذاب والعقاب وحتى ينعم بنعيم الدنيا والآخرة مستظلاً بظلال الاسلام الحانية. كما في الهدى القرآني العظيم **﴿واتقوا يوماً لا تجزى نفس عن نفس شيعاً ولا يقبل منها شفاعة﴾** (البقرة ٢). وقوله تعالى **﴿يوم تجد كل نفس ما عملت من خير محضرا﴾** (آل عمران ٣)، وقوله تعالى **﴿هنالك تبلوا كل نفس ما أسلفت﴾** (يونس ١٠).

ويحذر الله تعالى من وسوسة النفس وأمرها بالسوء كما في قوله تعالى **﴿وما أبرئ نفسي. ان النفس لامارة بالسوء الا ما رحم ربي﴾** (يوسف ١٢). وقوله تعالى **﴿ان تقول نفس يا حسرتى على ما فرطت في جنب الله﴾** (الزمر ٣٩). وقوله تعالى **﴿كل نفس بما فعلت رهينة﴾** (المدثر ٧٤).

والحقيقة أن الاسلام كله ثورة أخلاقية شاملة والهدى النبوى المشرف درس في أسمى الأخلاق وأعظمها وأحسنها وأقومها. فالرسول الكريم يدعو أبناء أمته للصبر والتوبة والاخلاص والى الصدق والتقوى والورع والخشوع والاستقامة والتوكل على الله تعالى والى الجهاد في سبيل الله. ويدعونا رسولنا الكريم للطاعة والتعاون في البر والتقوى والى الايجابية والبعد عن السلبية والنهى عن المنكر والبغض والشر والدعوة للمعروف والاحسان.

والهدى النبوى فيه الأمانة والصدق والوفاء والاخلاص وستر عورات المسلمين والاصلاح بين الناس وملاطفة اليتيم والعدل والاحسان والبر والبعد عن العنف والغضب والقسوة والظلم والتسلط ويدعونا الى الزهد والأكل من كد اليد وينهانا عن البخل والشح. الاسلام فلسفة في آداب السلوك وحسن التعامل والحث على

الايمان والتقوى...

فما أحرنا نحن المسلمون أن نزداد قوة بالعودة الى حظيرة الدين الاسلامى الحنيف.

المراجع والهوامش :

(١) عبد الرحمن العيسوى، النمو الروحى والخلقى، الهيئة المصرية العامة للكتاب، الاسكندرية، ١٩٨٠، ص ٧٥.

(٢) عبد الرحمن العيسوى، دراسات فى علم النفس الاجتماعى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

سيكولوجية الجهاد

هناك كثير من العوامل والمؤثرات والأبعاد النفسية والأخلاقية والايمانية التى تتدخل وتؤثر فى الجهاد فى التصور الاسلامى. ذلك لأن الجهاد فى الاسلام تحكمه مجموعة عظيمة من القيم الأخلاقية الراقية. فضلاً عن إن أسبابه ليست مادية أو استعمارية أو توسعية وإنما هدفه سام ونبيل وهو رفع راية الاسلام وإعلاء شأن المسلمين وإعلاء كلمة الله وبسط الحقوق وفرض الواجبات والدفاع عن النفس والعرض والمال والوطن والأرض. وهناك من القيم الانسانية النبيلة ما يحكم عملية الجهاد وأنواعه وأهدافه ووسائله.

ويحرص الاسلام على الناحية الذاتية الداخلية فى الانسان ولذلك يعتبر أن جهاد النفس هو الجهاد الأكبر دعوة كريمة للانسان كى يصلح من أمر نفسه وداخليته وسريرته وأعماقه ومشاعره وانفعالاته واحساساته وأفكاره وآرائه وعواطفه ووجدانه وضميره الأخلاقى. الاسلام حركة جامعة فى «رقى الانسان» وسموه وإصلاحه وتنميته.

الجهاد فى التصور الإسلامى :

فى التصور الاسلامى، الجهاد الخاص الذى هو قتال الكفار والمحاربين فرض كفاية، بمعنى أنه اذا قام به البعض سقط عن البعض الآخر، وذلك لقوله تعالى **﴿وكان المؤمنون لينفروا كافة، فلولا نفر من كل فرقة منهم طائفة ليتفقهوا فى الدين ولينذروا قومهم اذا رجعوا اليهم لعلهم يحذرون﴾** (التوبة ١٢٢) أما الأشخاص الذين يعينهم الامام لأغراض الجهاد، فيصبح الجهاد عليهم «فرض عين» لقول الرسول الكريم «واذا استنفرتم فانفروا» متفق عليه. أما الجهاد فى الدفاع عن الأرض والوطن، فهو فرض عين على جميع أبناء المجتمع، فإذا داهم العدو بلداً، فإنه يتعين على أهلها، حتى النساء منهم، مدافعته وقتاله (٢) كما حدث حين هب نساء ورجال وأطفال بور سعيد لقتال المعتدين على مصر فى العدوان الثلاثى عام ١٩٥٦ وكبدوا العدو خسائر فادحة فى الأرواح.

وهناك معان متعددة ومجالات مختلفة للجهاد، يمارس فيها، منها جهاد الكفار والمحاربين، ويكون باليد والمال واللسان والقلب لقول الرسول الكريم : «جاهدوا المشركين بأموالكم وأنفسكم وألسنتكم» (٣) فالجهاد فى الاسلام يتخذ شكلاً شمولياً عاماً فهو باليد والمال واللسان والقلب.

وفى هذا الصدد يتأكد فضل السبق الاسلامى، فيما يعرف اليوم باسم «الحرب الشاملة» والتى تشمل الحرب العسكرية والحرب النفسية والحرب الاقتصادية والحرب السياسية أو ما يطلق عليه حرب الأفكار أو الحرب العقائدية أو المذهبية أو الحرب الأيدولوجية أو الحرب الباردة (٤). فالحرب لم تعد قاصرة على استخدام الأسلحة والطائرات والبوارج والغواصات والمدمرات والدبابات والمدافع، وإنما أصبحت تمتاز بالشمول والتنوع لإمكان الضغط على الخصم للتسليم بحقوق المحارب. ومن أظهر أسلحة الحرب الحديثة الحرب الاقتصادية ولذلك يسعى الرئيس حسنى مبارك جاهدا لإقامة صرح اقتصادى كبير فى مصر (٥).

وهناك أيضاً الجهاد ضد الشيطان، ويكون برفع ما يأتى به من الشبهات وترك ما يزينه من الشهوات لقوله تعالى **﴿ولا يغرنكم بالله الغرور﴾** (فاطر ٣٥) (٦) وقوله تعالى : **﴿ان الشيطان لكم عدوا فاتخذوه عدوا﴾** (فاطر ٣٥). وتبدو وظيفة الجهاد هنا فى مجال الايمان والتمسك بالقيم الروحية أو الأخلاقية والمثل العليا ونبذ وطرد اغراءات الشيطان وما يدفع اليه من الشرور والمفاسد والاضرار والأذى. ومن شأن هذا أن يجعل المرء يتمتع بالصحة العقلية والنفسية الجيدة، فضلاً عن حلاوة الايمان والنقاء والصفاء والطهر والطهارة والعفة والصدق والأمانة وما الى ذلك من القيم الاسلامية الأصيلة (٦).

ثم هناك الجهاد مع النفس أو مع الذات، ويكون ـ كما يذهب الى ذلك الأستاذ الكبير أبو بكر جابر الجزائرى ـ يحمل النفس على أن تتعلم أمور الدين وتعمل بها وتعلمها، ويصرفها عن هواها ومقاومة رعونتها. وجهاد النفس من أعظم أنماط الجهاد حتى قيل فيه إنه «الجهاد الأكبر». فلقد قدم النبى ﷺ من غزاة فقال عليه الصلاة والسلام : قدمتم خير مقدم، وقدمتم من الجهاد الأصغر

الى الجهاد الأكبر، قال مجاهدة النفس أو مجاهدة العبد هواه (٧) . والجهاد مع النفس حالة سيكولوجية فى غاية الأهمية والفائدة، حيث يستطيع الانسان، بلغة العصر أن يتحكم ويضبط نفسه وأن يقوم نفسه وأن يصلحها وأن يضبط سلوكه وانفعالاته وميوله واهتماماته وأفكاره وكل طاقته وأن يوجهها الوجهة الصالحة لما فيه الخير العام والصالح العام وأن يحرر نفسه من مشاعر الغل والحقد والحسد والكره والبغض والضغائن والآثام والانتقام والأذى. وأن يطوع النفس على الاكتفاء بالحلال الطيب من الرزق ومن المأكل والمشرب، وأن يتمكن من ارجاء اشباع دوافعه وحاجاته حتى يشبعها بالحلال، وأن يتحرر من مشاعر الطمع والجشع والأنانية والتكالب والنظر الى ما فى يد الناس. جهاد النفس بمعنى التربية النفسية السوية وتقويم النفس واصلاحها وتهذيبها وتطهرها مما بها من دوافع شاذة أو سالبة، وبالتالى حمايتها من التعرض للأمراض والاضطرابات والعلل النفسية والعقلية ويدفعها لإقامة علاقات ايجابية طيبة مع غيره من الناس، وأن يشعر بالولاء للوطن والانتماء اليه ويطرد مشاعر الشر والأذى والفساد (٨). فجهاد النفس الاسلامى مدرسة فى الصلاح والتقوى، وفى تكوين المواطن الصالح المؤمن بربه وبوطنه وبعروبته المؤمن السوى المتكيف مع نفسه ومع المجتمع الذى يعيش فى كنفه، ومنع شطحات النفس أو شذوذها. ولا شك أن للانسان دوراً فى تهذيب ذاته إذا توافرت لديه الارادة الخيرة والتى هى ولا شك جزء من الطبيعة البشرية التى ألهمت الخير والشر معاً مصداقاً لقوله تعالى ﴿وهديناه النجدين﴾ (البلد ١٠). وعلى الانسان أن يقوى ويدعم ويعضد من جوانب الخير فى ذاته، وأن يطوع ذاته على حب الخير والعمل به وأن يروض نفسه نحو الخير والعمل على مرضاة الله تعالى (٩).

وإذا ما تساءلنا عن الفائدة من تربية الاسلام لأبنائه على حب الجهاد، بأنواعه، والتمسك به وممارسته لقلنا على لسان العالم الجليل الأستاذ الأكبر أبو بكر جابر الجزائرى : أن يعبد الله وحده مع ما يتبع ذلك من دفع العدوان والشر وحفظ الأنفس والأموال ورعاية الحق وصيانة العدل وتعميم الخير ونشر الفضيلة،

قال تعالى : ﴿**وقاتلوهم حتى لا تكون فتنة ويكون الدين كله لله**﴾ (الأنفال ٣٩). ولو أن أولئك الذين يقيمون العمارات الشاهقة والمخالفة لقواعد البناء وقوانينه... لو أنهم تربوا على قيم الاسلام لما انهارت عماراتهم فوق رؤوس المئات من الأبرياء (١٠). فالحرب الدفاعية هى الحرب المشروعة فى الإسلام.

الجهاد، فى التصور الاسلامى، من أعظم سبل التقرب لله تعالى، ومن أفضل العبادات من ذلك قوله تعالى ﴿**ان الله اشترى من المؤمنين أنفسهم وأموالهم بأن لهم الجنة، يقاتلون فى سبيل الله فيقتلون ويقتلون وعدا عليه حقا فى التوراة والانجيل والقرآن ومن أوفى بعهده من الله فاستبشروا ببيعكم الذى بايعتم به، وذلك هو الفوز العظيم**﴾ (التوبة ١١١). فالجنة ثواب الجهاد فى سبيل الله. وللجهاد فوائد فى الحياة الحاضرة هى الدفاع عن الحق والعرض والمال والوطن وتحقيق الآمال. ومن شروط القتال الاسلامى الضبط والربط والشجاعة والتضحية بالنفس والصلابة والصمود والبسالة والاتحاد فى جو المعركة لقوله تعالى ﴿**ان الله يحب الذين يقاتلون فى سبيله صفاً كأنهم بنيان مرصوص**﴾ (الصف ٤).

والجهاد مدعاة للنجاة من عذاب النار، والفوز بالنعيم لقوله تعالى ﴿**يا أيها الذين آمنوا هل أدلكم على تجارة تنجيكم من عذاب أليم ؟ تؤمنون بالله ورسوله وتجاهدون فى سبيل الله بأموالكم وأنفسكم وذلك خير لكم إن كنتم تعلمون، يغفر لكم ذنوبكم ويدخلكم جنات تجرى من تحتها الأنهار، ومساكن طيبة فى جنات عدن ذلك الفوز العظيم**﴾ (١١) (الصف ١١).

وللشهادة فى سبيل الله ثواب عظيم لقوله تعالى ﴿**ولا تحسبن الذين قتلوا فى سبيل الله أمواتاً بل أحياء عند ربهم يرزقون، فرحين بما أتاهم الله من فضله**﴾ (آل عمران ١٦٩).

فالمجاهد فى سبيل الله لا يخش الموت، ولا يهاب الحرب ولا المعارك ويسعى للشهادة فى سبيل الله. ويمثل هذا، من الناحية النفسية والايمانية، دافعاً قوياً يدفع المسلم لاقتحام حصون العدو دون خوف أو وجل، ولذلك هذا ما يجعل أعداء الإسلام يخافون من الإسلام للحد الذى جعل بعض قادة العالم يقول،

الآن، بعد أن انتهينا من الشيوعية بقى أمامنا العدو الأكبر وأعنى به الإسلام ؟ :
ولكن هذه النظرة المشوهة عن الاسلام غير حقيقية، فالاسلام يدعو للسلام، ويربى أبناءه على حب السلام، والتمسك به، عندما تتاح لهم فرصة المسالمة. ويدعو الى بسط السلام وانتشاره، والى حسن الجوار والى احترام حقوق البلدان المجاورة، والى احترام كافة الأديان السماوية والأعراف والمواثيق والقوانين الدولية فهو دين حضارة راقية.

فالإسلام سلام محض، وليس فيه ما يخيف الدول والمجتمعات الأخرى لأنه دين حضارة انسانية عالمية راقية وتمدين. والمسلمون أهل فكر وعلم وثقافة وتحضر وتقدم ولذلك يطلبون السلام ويتخذون منه فلسفة ومنهاجاً وهدفاً. ولكن ليس معنى ذلك الاستسلام أو الضعف أو قبول الهوان والهزيمة أو ضياع الحقوق أو هدرها. فإذا تعرض الإسلام للتهديد، فإن المسلمين يهبون يدافعون عنه دفاع الفرسان الأقوياء والبواسل ودفاع الأبطال فى كل مكان ويتسمون بالتضحية وطلب الشهادة والفداء، ولذلك يهابهم الأعداء الطامعون فى النيل من المقدرات الإسلامية. وفى بيان فضل الجهاد يقول الرسول ﷺ عندما سئل عن أفضل الناس قال : «مؤمن يجاهد بنفسه وماله فى سبيل الله تعالى، ثم مؤمن فى شعب من الشعاب يعبد الله ويدع الناس من شره» (١٢) متفق عليه.

وفى بيـان فضل الجهـاد فى سبيل الله تعالى يقول الرسول ﷺ مثل المجاهد فى سبيل الله، والله أعلم بمن يجاهد فى سبيله، كمثل الصائم القائم وتوكل الله للمجاهد فى سبيله، ان توفاه أن يدخله الجنة أو يرجعه سالماً مع أجر أو غنيمة» (١٣) البخارى.

ولقد سأل رجل رسول الله ﷺ قائلاً : «دلنى على عمل يعدل الجهاد، فقال : لا أجد، ثم قال : هل تستطيع إذا خرج المجاهد أن تدخل مسجدك فتقوم ولا تفتر وتصوم ولا تفطر ؟ قال : ومن يستطيع ذلك» رواه النسائى.

وقوله أيضاً، فى بيان فضل الجهاد «والذى نفسى بيده لا يكلم ـ أى لا يجرح ـ أحد فى سبيل الله، والله أعلم بمن يكلمه فى سبيله، إلا جاء يوم القيامة

واللون لون الدم والريح ريح المسك» البخارى.

ولابد وأن يجاهد المسلم بأى صورة من صور الجهاد يستطيعها اهتداء بقول رسولنا الكريم «من مات ولم يغز ولم يحدث نفسه بالغزو مات على شعبة من النفاق» (١٤) مسلم. وليس هناك أبلغ ولا أقيم فى الدعوة للجهاد من قول رسولنا الكريم هذا : «والذى نفسى بيده لولا أن رجالا من المؤمنين لا تطيب أنفسهم أن يتخلفوا عنى ولا أجد ما أحملهم عليه ما تخلفت عن سرية تغدو فى سبيل الله، والذى نفسى بيده لوددت أن أقتل فى سبيل الله، ثم أحيا ثم أقتل، ثم أحيا، ثم أقتل» البخارى. حباً وطلباً للشهادة فى سبيل الله تعالى وإعلاء كلمته ورفع شأن الاسلام والمسلمين.

وقول رسول الله ﷺ فى حب الجهاد والاستشهاد فى سبيل الله «ما أحد يدخل الجنة يحب أن يرجع الى الدنيا وله ما أعلى الأرض من شىء، الا الشهيد يتمنى أن يرجع الى الدنيا فيتقل عشر مرات لما يرى من الكرامة» مسلم.

هذا ويحيط الاسلام العمليات الحربية بسياج متين من القيم الأخلاقية.

أخلاقيات الحرب فى الإسلام :

تخضع الحروب الإسلامية لمجموعة من القيم الأخلاقية والقواعد التى تنظم سلوك الجيوش فى وقت الحرب، فضلاً عن التحلى بالقوة والشجاعة القتالية والتنظيم والتخطيط والرغبة فى الاستشهاد والتضحية بالروح. فالرباط، فى الاسلام، هو مرابطة الجيوش الاسلامية بسلاحها وعدتها وعتادها الحربى فى أماكن توقع الخطر أو الغزو أو الاقتحام وفى الثغور التى يمكن للعدو أن يدخلها أو يهاجم المسلمين وبلادهم منها (١٥).

والرباط واجب أو فرض كفاية، شأنه فى ذلك شأن الجهاد، إذا قام به البعض سقط عن الباقين. وقد أمرنا الله تعالى بالرباط أى الاستعداد بتهيؤ للقتال كما فى قوله تعالى **﴿يا أيها الذين آمنوا اصبروا وصابروا ورابطوا واتقوا الله لعلكم تفلحون﴾** (آل عمران) . فالمرابطة مرتبطة بكثير من القيم منها الصبر وتقوى الله

أى الخوف من الله. وشتان بين هذه الخلق الاسلامية وبين الحروب الهمجية التى نشهدها اليوم فى حروب التصفية العرقية وحروب التوسع والاستيطان وقتل الأبرياء العزل من السلاح من النساء والأطفال والرجال والشيوخ أو قتل الأسرى كما حدث فى البوسنة والهرسك وكما حدث فى حروب العرب مع اسرائيل عام ١٩٦٧ حيث عمدت الى قتل الأسرى والمدنيين المصريين.

وللرباط فضل عظيم فى الاسلام. لقول الرسول ﷺ «رباط يوم فى سبيل الله خير من الدنيا وما عليها» البخارى. وقوله أيضاً فى فضل المرابطة : «كل الميت يختم على عمله، الا المرابط، فإنه ينمو له عمله الى يوم القيامة، ويؤمن من فتان القبر» (١٦) الترمذى. ويقصد «بفتان» القبر منكر ونكير. وقوله كذلك ﷺ «حرس ليلة فى سبيل الله خير من ألف ليلة يقام ليلها ويصام نهارها» الطبرانى. وفى هذا المعنى البليغ كذلك جاء فى الهدى النبوى المطهر «حرمت النار على عين سهرت فى سبيل الله» (الطبرانى أورده الجزائرى) وفى الدعوة لحراسة معسكر المسلمين ليلا قوله ﷺ «من حرس وراء المسلمين متطوعاً لم ير النار بعينه» أحمد.

ويحرص الاسلام، كل الحرص، على جودة الاعداد للمرابطة والجهاد بالاستعداد والتهيؤ وتوفير العتاد الحربى والتدريب القتالى والاعداد للجهاد يكون بإحضار الأسباب المؤدية الى النصر، وايجاد العتاد الحربى بكافة أنواعه، وهو فرض كالجهاد نفسه، غير أنه مقدم عليه وسابق له، حتى لا تتعرض أرواح الجند للخطر، وذلك اهتداء بقوله تعالى **﴿وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة ومن رباط الخيل ترهبون به عدو الله وعدوكم﴾** (الأنفال ٦٠)،

والقوة هنا على اطلاقها : القوة العسكرية أو المادية والقوة الايمانية وقوة وسلامة التدريب، ورفع الروح المعنوية للجند والروح القتالية وتنمية ايمان الجند بقضاياهم وقوة الشخصية وقوة الارادة والعزيمة والقوة النفسية.

وفى الدعوة للقوة وتحديد معناها جاء فى الهدى النبوى المشرف قول الرسول الكريم «وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة، الا ان القوة الرمى، الا أن القوة الرمى،

الا أن القوة الرمى» مسلم.

وفى الاستعداد للقتال «ان الله عز وجل يدخل بالسهم الواحد ثلاثة نفر الجنة «صانعه يحتسب فى صنعته الخير، والرامى به، ونبله، وارموا واركبوا وان ترموا أحب الى من أن تركبوا، ليس من اللهو الا ثلاث : تأديب الرجل فرسه، وملاعبته أهله، ورميه بقوسه أو نبله» (١٧) متفق عليه.

واهتداء بهذا الهدى الاسلامى الحكيم يصبح على الدول الاسلامية أن تعد الأسلحة والذخائر الفعالة، وأن تزود جيوشها بأحدث أنواع الأسلحة والعتاد، وأن تقوم على تدريب القدرات والمهارات القتالية فى جنودها، وأن تقيم الحياة العسكرية على العلم والتكنولوجيا الحديثة وعلى أصول البحث العلمى. وأن تغرس فى نفوس الجند قيم الشهادة فى سبيل الله والوطنية والتضحية والفداء، وأن تربيهم على حب الشجاعة والاستبسال والبطولة، وأن ترفع من روحهم المعنوية وتزيد من ايمانهم بالاسلام والقيم الاسلامية وبقضاياهم الوطنية، وأن تحسن التدريب المشترك مع دول أخرى والمنفرد وأن تفد البعثات للتخصص فى العلوم العسكرية الحديثة لتكون جيوش المسلمين قادرة دائماً ومستعدة ومهيئة لرد هجمات العدو بل والغزو فى سبيل رفع راية الاسلام وإعلاء كلمة الله. ومن الناحية العلمية، يدعو كاتب هذه السطور بالاهتمام العلمى بالجوانب العسكرية ومن ذلك اجراء الدراسات والبحوث والمؤلفات فى مجال علم النفس العسكرى أو علم النفس الحربى لشرح فنون الحرب من الناحية السيكولوجية، وكذلك وضع المؤلفات فى الحرب النفسية وإعادة مادة التربية الوطنية ومادة التربية العسكرية الى التعليم العام بمختلف أنواع المدارس لإكساب الأجيال الصاعدة الروح العسكرية. وينبغى التوسع فى التجنيد الاجبارى والاستفادة من العنصر النسائى فى الجيوش الاسلامية الجديدة وتوفير الرعاية الصحية والطبية والنفسية والاجتماعية والمالية والترويحية والترفيهية والرياضية والثقافية للجند مع العمل على حسن توزيع الجند على أفرع الأسلحة التى تتلاءم مع قدراتهم واستعداداتهم.

ولا يصح أن تظل الأمة الإسلامية معتمدة على غيرها فى استيراد السلاح...

بل يتعين انشاء مصانع للسلاح المتطور والمتقدم ليكون موجودا بوفرة متى ظهرت الحاجة أو متى تهدد أمن الوطن حتى وان كان ذلك على حساب بعض مظاهر الترف.

وللجهاد أخلاقيات ومثل عليا شأنه فى ذلك شأن كل الأنشطة الانسانية فى الاسلام التى تحكمها وتوجهها القيم الاسلامية من ذلك أن الجهاد يحقق السيادة أو الشهادة. ويتعين فيه أن تتوفر النية الحسنة بأن يكون القصد والغاية والغرض من الجهاد هو إعلاء كلمة الله. فلقد سئل رسول الله ﷺ عن الرجل يقاتل حميه، ويقاتل رياء، فأى ذلك فى سبيل الله ؟

فقال : «من قاتل لتكون كلمة الله هى العليا فهو فى سبيل الله» البخارى.

وينبغى أن يتسم المقاتل المسلم بالطاعة المطلقة لقائده اهتداء بقوله تعالى : ﴿يا أيها الذين آمنوا أطيعوا الله وأطيعوا الرسول وأولى الأمر منكم﴾ (النساء ٥٩).

وكذلك الانضباط والدقة والأمانة والاخلاص فى أداء الواجب العسكرى. والتاريخ العسكرى الاسلامى، قديمه وحديثه، حافل بالبطولات والتضحيات والأعمال الفدائية والانتحارية وبشتى ألوان الشجاعة والبسالة مما يمتلئ به التاريخ العسكرى فى شتى الحروب وآخرها ملحمة أكتوبر ١٩٧٣ المجيدة.

ويتطلب النصر للقوى الاسلامية فى جميع أنحاء العالم، أن توحد صفوفها وأن تجمع كلمتها، وأن تحدد غايتها، وأن تكون جيشاً واحداً يسمى الجيش الاسلامى العالمى ينفق عليه من ايرادات كافة الدول الاسلامية وخاصة الدول الغنية، وذلك من خلال «صندوق الدعم العسكرى الإسلامى» الذى ينشأ لهذا الغرض، بدلاً من الارتماء فى أحلاف مع الدول الغربية طلباً للحماية، كما تفعل بعض دول الخليج، فى حين أن هذه الدول الغربية هى فى الأساس دول معادية، أو على القليل طامعة فى خيرات الأمة الإسلامية.

وقبل الدخول فى معارك الجهاد يلزم إعداد العدة من السلاح والعتاد والجند والمال والمؤن والغذاء ومصادر المياه وكافة مستلزمات الحرب وان اقتضى ذلك

جمع التبرعات اهتداء بقوله تعالى **﴿وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة ومن رباط الخيل﴾** (الأنفال ٦٠). وقد يقتضى ذلك جمع التبرعات ونشر الكتب والكتيبات والنشرات وعقد المحاضرات والندوات والمهرجانات والمؤتمرات والبرامج وذلك للتعبئة النفسية والاستعداد النفسى لخوض غمار المعركة.

واذا اشترك الشاب فى الجهاد تطوعاً واذا لم يهاجم العدو القرية على بغتة، فإن التعاليم الاسلامية تقتضى أن يستأذن والداه قبل الدخول فى الحرب الا اذا داهم العدو القرية أو اذا عينه الامام جندياً فى المعركة.

ولا ينبغى عصيان الامام فى القتال والا مات العاصى ميتة الجاهلين... لقول الرسول الكريم «من كره من أميره شيئاً فليصبر عليه، فإنه ليس أحد من الناس خرج من السلطان شبرا فمات عليه الا مات ميتة جاهلية» مسلم.

ولعله ترجمة لهذا المبدأ عملياً حين يقال للجندى «عليك طاعة الأمر فوراً ثم التظلم منه بعد ذلك». واذا كانت التعاليم الاسلامية الحكيمة والرشيدة تدعو المسلم للطاعة واحترام الشرع والقانون والامام فى كل مناح حياته، فإنه أجدر به فى وقت الحرب والجهاد وأن يلتزم بمزيد من الطاعة والانضباط. ويكفى ما نشاهده فى المجتمع اليوم من التسيب والفوضى واللامبالاة وعدم تحمل المسئولية وضياعها والاهمال الجسيم الذى يؤدى الى فقدان أرواح المئات فى انهيار المنازل والكبارى وتصادم القطارات وغرق السفن واشعال الحرائق وانتشار التسمم والتلوث... وليس ذلك كله إلا من جراء إهمال القيم الأخلاقية. ولذلك أصبحنا فى حاجة الى «ثورة أخلاقية» تعيد للناس ضمائرها وقيمها ومثلها ومبادئها النابعة من تراثنا الاسلامى الخالد. بعد أن هزتها الغزوات الثقافية والتيارات الوافدة والمودات والبدع ومحاولات التغرب والتفرنج والاباحية والالحاد والكفر. حياة المجتمع كلها مترابطة ومتشابكة ويؤثر بعضها فى بعض، ولذلك فعندما يؤدى التراخى الأمنى الى انتشار الجريمة العامة، ينتقل عدواها الى الجريمة السياسية، ولذلك يتعين أن تكون حركات الإصلاح شمولية ومتوازية لكافة جوانب الحياة الاجتماعية وقطاعات المجتمع.

وعلى المقاتل المسلم أن يتسم بالشجاعة والثبات في القتال وفي الزحف على العدو، فلا يفر من المعركة، ولا يستسلم، أو يقبل الهزيمة، إلا إذا كان عدد الأعداء ثلاثة أضعاف عدد المسلمين أو يزيد، أما اذا قابل الرجل رجلين من الأعداء فلا يجوز قبول الهزيمة، حيث حرم الهدى القرآني الخالد قبول الهزيمة أمام العدو وفي حالة الزحف اهتداء بقوله تعالى **﴿يا أيها الذين آمنوا إذا لقيتم الذين كفروا زحفاً فلا تولوهم الأدبار﴾** (الأنفال ١٥). كذلك فإذا كان الانهزام لغاية أسمى فلا يحرم كمخادعة العدو لينقض عليه من جديد، أو اذا انهزم المسلم كي ينحاز الى فئة المسلمين فلا يعد، في هذه الحالة، منهزماً ولا اثم عليه، وذلك اهتداء بقوله عز وجل : **﴿الا متحرفا لقتال أو متحيزاً الى فئة فقد باء بغضب من الله﴾** (الأنفال ١٦).

ولتمتع المقاتل المسلم بالثبات والقوة والعزيمة والارادة والتصميم ولثبات قلبه وتدعيم رباطة جأشه، يذكر المقاتل اسم الله تعالى بالقلب وباللسان كي يستمد القوة والعزم والصلابة وارادة النصر من عند الله تعالى تحقيقاً لوعده ووعيده وولايته ونصرته لأوليائه. ولعل شيئاً من هذا حدث في حرب أكتوبر ١٩٧٣ المجيدة حين كانت كلمات «الله أكبر» تغطي أجواء المعركة وتملأ قلوب الجنود بالحماس وبروح الفداء وتنزل في قلوب الصهاينة الهزيمة والرعب والفزع والهلع.

وعلى المقاتلين في الاسلام ترك الخلافات والمنازعات السابقة كي يدخلوا أرض المعركة وهم صف واحد ورأى واحد وإرادة واحدة متعاونة متماسكة متساندة متضامنة متحابة، وليكونوا قلوباً مترابطة وإجساداً متراصة كالبنيان يشد بعضه بعضا. مع الاتسام بالصبر والجلد وقوة التحمل والمثابرة، والرغبة في الكفاح والنضال الى آخر مدى مع التمتع بالوحدة والاتحاد والتماسك والتضامن والتساند والاخاء والتعاون والمشاركة الوجدانية اهتداء بقوله تعالى **﴿يا أيها الذين آمنوا إذا لقيتم فئة فاثبتوا واذكروا الله كثيرا لعلكم تفلحون. وأطيعوا الله ورسوله ولا تنازعوا فتفشلوا وتذهب ريحكم واصبروا ان الله مع الصابرين﴾** (الأنفال ٤٥ - ٤٦). وتدخل هذه القيم الانسانية النبيلة ضمن سيكولوجية الحرب في الوقت

الراهن. ولقد كان لإسلامنا الخالد فضل السبق فى ادراكها وتربية أبنائه على أساس منها.

ومن آداب المعارك فى الاسلام الحفاظ على الأسرار العسكرية، وتحركات الجيوش، وعدم افشاء الأسرار والخطط والكشف عن نوعية الأسلحة أو عدد الجنود وما الى ذلك، وذلك لأن رسولنا الكريم كان اذا أراد الخروج الى غزوة ما ورى أو أظهر أو أعلن عن غيرها. وكذلك استخدم ما يعرف اليوم «بكلمات السر» والرموز أو الشفرة والشعارات والاشارات والزى الخاص بين أفراد الجيش الواحد ليعرف بعضه بعضاً ولتمييزهم عن جنود العدو وعند اختلاطهم بهم. ومازالت حتى أرقى جيوش العالم الآن تقذف طائراتها جنودها أو جنود حلفائها كما حدث فى حرب الخليج وفى الحرب الفيتنامية حين كانت الطائرات الأمريكية تقذف جنود الحلفاء معها. ولذلك يلزم، فى أثناء المعركة، التزام الهدوء والصمت والسكون حتى لا يشعر بهم العدو وأن يلتقط أصواتهم وحتى لا يؤدى الصراخ والأصوات العالية الى تشتيت الانتباه والفوضى وعدم سماع أوامر القائد، وحتى يكفل جو السكون القدرة على تركيز الانتباه. ومعروف أن الضوضاء من العوامل المشتتة للانتباه حتى فى المجالات الصناعية (١٨). ولقد كان أصحاب رسول الله ﷺ يكرهون الصوت عند القتال.

ومن قواعد الحروب، فى الإسلام، حسن اختيار الزمان والمكان أى حسن التوقيت الملائم لشن المعركة، وترتيب المقاتلين وتوزيعهم. ومن قبيل حسن التوقيت هذا ما حظيت به ملحمة أكتوبر المجيدة سنة ١٩٧٣ حين اختارت القيادة المصرية بقيادة الزعيم الراحل محمد أنور السادات يوم انشغال اليهود فى عيدهم وهو «عيد الغفران» وشنت هجومها الكاسح على تحصينات العدو، فإنهار خط بارليف بعد أن كانت اسرائيل تعتقد أنه يستحيل على أية قوة أن تدمره وأن تجتازه. وسقطت الى الأبد أسطورة اسرائيل التى لا تهزم.

ومن قواعد الحرب، فى الإسلام، دعوة الخصم للإسلام أولاً، فإن قبل كف عن الحرب. وكانت جيوش المسلمين تطلب من الكفار أولاً الدخول فى دين

الاسلام أو دفع الجزية، وإلا وجب قتالهم. ومن القيم الأخلاقية الأصيلة والنبيلة فى الإسلام عدم السرقة أو السلب والنهب من الغنائم، وعدم قتل النساء والأطفال والشيوخ والرهبان ان لم يشاركوا فى القتال، فإن قاتلوا قتلوا.

وذلك لقول رسول الله ﷺ لأمرائه عند الانطلاق للحرب «انطلقوا بإسم الله وبالله وعلى ملة رسول الله ولا تقتلوا شيخاً فانيا ولا طفلا ولا صغيرا ولا إمرأة ولا تغلوا وضموا غنائمكم واصلحوا وأحسنوا ان الله يحب المحسنين» (١٩). أبو داود.

ومن آداب القتال فى الإسلام عدم غدر المسلم بمن أجاره وأمنه على حياته لقول رسولنا الكريم «لا تغدروا» مسلم. وقوله «ان الغادر ينصب له لواء يوم القيامة فيقال : هذه غدرة فلان ابن فلان» البخارى.

ومن آداب الحروب فى الإسلام، كذلك، عدم احراق العدو بالنار، ذلك لأنه لا يعذب بالنار الا رب النار سبحانه وتعالى. وكذلك عدم التمثيل بجثث الأعداء.

ومن آداب الحرب فى الإسلام، الدعاء بالنصر على الأعداء، إذ كان رسولنا الكريم يقول بعد التعبئة للمعركة «اللهم منزل الكتاب ومجرى السحاب وهازم الأحزاب أهزمهم وأنصرنا عليهم» مسلم. والدعاء مقبول، عموماً، فى الإسلام، عند الفداء وعند البأس (٢٠).

المراجع :

(١) محى الدين ابن زكريا يحى بن شرف النووى الشافعى، رياض الصالحين، وكالة المطبوعات، الكويت، ١٩٧٠.

(٢) أبو جابر الجزائرى، منهاج المسلم، مكتبة الدعوة الإسلامية، مكتبة شباب القاهرة، ١٩٦٤، ص ٣٤٩.

(٤) عبد الرحمن العيسوى، دراسات فى علم النفس الاجتماعى، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، ١٩٨٦.

(٥) من تلك الجهود الاقتصادية العظيمة للرئيس مبارك دعوته للمؤتمر الاقتصادى لدول الشرق الأوسط وشمال أفريقية وترأسه هذا المجتمع فى الفترة من ١٢ - ١٩٩٦/١١/١٤ اضافة الى اهتمامه بالمشروعات الانتاجية والعمرانية والزراعية والصناعية والسياحية والتجارية وسعيه لخلق واد آخر غير واد النيل القديم وضم مساحات شاسعة من الأراضى الصحراوية الى الرقعة الخضراء.

(٦) عبد الرحمن العيسوى، الإسلام والعلاج النفسى، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، ١٩٨٦.

(٧) أبو بكر جابر الجزائرى، مرجعه السابق.

(٨) عبد الرحمن العيسوى، الإسلام والتنمية البشرية، المكتب العربى الحديث، الاسكندرية، ١٩٩٦.

(٩) هناك منهج من مناهج العلاج النفسى الحديث، يعرف بإسم العلاج الحر أو التسامحى أو غير التوجيهى أو المتمركز حول العميل أو حول المريض ويقوم على أساس افتراض وجود قوة فى الانسان داخلية قادرة على مساعدته على اصلاح ذاته وتحرير نفسه من الآلام والأمراض والأعراض وتعديل اتجاهاته ونظرته للحياة وعلاقاته مع الناس وقدرته فى تحقيق التكيف النفسى بنفسه بمساعدة المعالج النفسى فقط.

(١٠) فى السنوات الأخيرة وآخرها هذا العام انهارت عدة عمارات سكنية فى مدينة مصر الجديدة وراح ضحيتها مئات الأرواح الأبرياء وكتبت هذه المآسى وتلك الكوارث البؤس والشقاء على أسر الضحايا وأبنائهم طوال الحياة وتبين أن ذلك يرجع الى جشع المقاولين وأصحاب العمارات الذين يعمدون الى تعلية عماراتهم خلسة أو يخالفون القوانين واللوائح ويساعدهم فى ذلك بعض ضعاف النفوس من موظفى الأحياء المسئولين عن رخص البناء وسلامته وعن تطبيق قوانين البناء كان آخر هذه الحوادث انهيار عمارة مصر الجديدة فى شهر نوفمبر سنة ١٩٩٦.

(١١) محمد فؤاد عبد الباقى، المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم، دار الفكر، بيروت، لبنان، ١٩٨١.

(١٢) رياض الصالحين، من كلام سيد المرسلين.
(١٣) الامام البخارى، صحيحه.
(١٤) الامام مسلم، صحيحه.
(١٥) أبو بكر جابر الجزائرى، مرجعه السابق، ص ٣٥٢.
(١٦) الامام الترمذى، صحيحه.
(١٧) أورده أبو بكر جابر الجزائرى فى مرجعه السابق، ص ٣٥٣.
(١٨) عبد الرحمن العيسوى، علم النفس فى المجال المهنى، دار المعارف، بالاسكندرية، ١٩٨٩.
(١٩) أورده أبو بكر جابر الجزائرى، مرجعه السابق.
(٢٠) أبو بكر جابر الجزائرى، مرجعه السابق، ص ٣٥٧.

الأمن النفسى فى الإسلام

مقدمة :

التراث الإسلامى حافل بكل ما يدعو الى الاعتزاز والفخر والشعور بقيمة الأمجاد الخالدة، وخاصة الجوانب العلمية من هذا التراث، ولعل الباحث المسلم، الغيور على اسلامه الخالد، لا يكل ولا يمل من مواصلة البحث والتنقيب والفحص والتمحيص وتقليب طيات هذا التراث الخالد، يستكشف درره النفيسة ومعانيه السامية وقيمه الغالية ومثله العليا ومبادئه السمحة وما فيه من الفضائل والهدى والارشاد والتوجيه والنصح والعلم والتعلم والثقافة الرشيدة ـ الاسلام عقيدة وسلوكاً فيه كل ما يشفى النفس الانسانية ويحميها من السقم والعلل وما فيها من الرذائل والفواحش ما بطن منها وما ظهر.

وكلما تفحص الباحث طيات هذا التراث كلما تأكد لديه فضل السبق الاسلامى على حضارة الغرب فى كافة مجالات الفنون والعلوم والمعارف والآداب والقيم والمثل والمبادئ، التى تصلح لكل زمان ومكان، ولا سيما الهدى القرآنى والهدى النبوى الشريف، ذلك الهدى الذى يحفظ على الانسان إنسانيته وكرامته وعزته وصحته الجسمية والعقلية، وإيمانه الروحى وقيمه الأخلاقية وضميره الخلقى الحى الوخاذ، ووعيه وثقافته، وتبصره بأمور دنياه وآخرته، وإلمامه بالغاية القصوى من الحياة الدنيا وحتى عبادة الله تعالى **﴿وما خلقت الجن والانس إلا ليعبدون﴾** وبذلك يطرح المسلم بعيداً عن ذاته الخبث والخبائث والفحش والفواحش والرذائل والمعاصى والآثام والذنوب والأحقاد والضغائن، والكره والغل والحسد والغيرة، ويترك المحرمات، وينعم بالطيبات من الرزق، وتتطهر نفسه من مشاعر الغل والحقد والحسد والغيرة والشرور والانتقام والعدوان والكراهة والبغض والرذيلة والطمع والجشع والاثرة والنهم والتكالب. والوقيعة والدس، والرياء والنفاق والمداهنة، والمكر والدهاء والخيانة والغش والصد والهجر والغضب والتطرف والعنف والجريمة، ويميل الى السلم والسلام والهدوء والرفق والسكينة والاسترخاء والعفو

والصفح والتسامح والبر والاحسان والزهد فيما هو فى يد الناس والعطف والحنان والمودة والرحمة والشفقة والصبر والتوكل على الله القوى الخالق العظيم وما الى ذلك من المبادئ والقيم والمشاعر التى تحفظ على الانسان تمتعه بالصحة النفسية والعقلية والجسمية والأخلاقية والسلوكية، وتكفل له حياة الفطرة السوية والتكيف مع نفسه ومع الله ومع المجتمع. المسلم يجد فى كل سلوك اسلامى أو عقيدة أو مبدأ أو عبادة أو هداية اسلامية يجد فيها ما يبعث على تمتعه بالصحة العقلية والنفسية والايمانية والأخلاقية، وما يطهر سلوكه ونفسه من الشوائب والأرجاس، ولذلك فإن الايمان عاصم من الذلل، ومن الوقوع فى الخطايا وارتكاب الذنوب، ويحمى الانسان من الإصابة بالأمراض النفسية والعقلية والجسمية. والمتأمل فى إسلامنا الحنيف يجد كل مبادئ الطب النفسى الوقائى والطب البدنى المقترن بالخلق القويم والايمان الراسخ والصفاء النفسى وطهارة القلب واليد ونقاء السريرة والعفة والتعفف والرضا والقناعة والزهد والحمد والشكر لله تعالى على نعائمه علينا وقربه منا، فهو أقرب إلينا من حبل الوريد يلبى دعوة الداعى إذا دعاه مما يبعث على الشعور بالأمن والأمان والاطمئنان فى نفس المؤمن، مقارنة بالكافر أو الملحد.

يجد المسلم أعمق المعانى النفسية وأكثرها رسوخاً فى العبادات والتكاليف والمعاملات والعقائد فى الصلاة والصوم والحج والوضوء والطهارة والزكاة والذكر وفى تلاوة القرآن الكريم وفى تدبر معانيه السامية وفى مبادئ الشفاعة والتوبة والعفو والصفح والتسامح، وحب السلم والسلام، وفى مبادئ الإخاء والمساواة والتماسك والمودة والسكينة، وفى مبادئ الثواب والعقاب، يجد المسلم فى كل خطوة من خطوات إسلامنا الحنيف ما يثبت إيمانه ويرسخ يقينه ورضاه وراحته النفسية والفكرية مما يقود الى التمتع بالصحة النفسية الجيدة.

الإسلام روضة روحية عظيمة يستظل المؤمن بظلالها ويعيش فى رحابها وتغمس حياته كلها بالحماية والرعاية والنصح والارشاد والتوجيه والهداية والتعليم والتربية السوية. وينظم الاسلام حياة المسلم تنظيماً دقيقاً وصائباً لأنه آت من عند

الله تعالى وهو أعلم بالطبيعة البشرية لأن الانسان من خلق الله تعالى، مما يسمو على كل الدساتير البشرية التى هى من صنع البشر. والغريب أن يجد من ينقل عن الغرب حين يرغب فى التحضر والتمدين والتقدم فى حين أن فى إسلامنا وفى تراثنا الخالد ما يكفل الحياة الراقية وما يدعو للنهوض والتقدم والارتقاء والازدهار والبناء والتعمير والتشيد، ولا غرو فى ذلك فالقيم الاسلامية هى التى أقامت أرقى حضارة عرفتها الانسانية حتى اليوم، فما أحرانا أن نعود الى حظيرة الدين، والى مظلة الايمان لننتهل منها ما شاء لنا أن ننهل فى ضروب التقدم والرقى والازدهار والتحضر والتمدين والتحديث. ويمتاز المنهج الاسلامى فى صنع التقدم بارتباطه بالقيم الأخلاقية واستناده الى أسس قوية من المثل العليا والمعايير الأخلاقية والروحية، فالتقدم الاسلامى يختلف عن التقدم الغربى المبتور الذى سار بالعالم نحو المادية البغيضة، ونحو الالحاد، والفردية، والأنانية وخراب الذمة. حين نلمس أن كبرى الدول تكيل بمكيالين وتهزم المظلوم وتنصر الظالم وتشجع العدوان الغاشم.

معنى الأمن النفسى :

كى يشعر الانسان بالأمن النفسى، فإنه فى ذلك شأن الأمن الصحى، والأمن الغذائى، والأمن الإجتماعى، والاقتصادى، والسياسى، لابد من أن يكون الانسان متحرراً من مشاعر الخوف والهلع والفزع والرهبة، وتوقع الخطر والأذى، وأن يكون مطمئناً على نفسه فى حاضره وغده وأن يكون متمتعاً بالتكيف النفسى والشعور بالرضا عن ذاته وعن المجتمع وأن يكون على علاقة وئام وانسجام مع نفسه ومع المجتمع.

الهدى الإسلامى فى البعد عن مواطن التهلكة والخطر :

فلقد جاء فى باب كراهية الخروج من بلد وقع فيها الوباء فراراً منه وكراهية القدوم عليه قال تعالى **﴿أينما تكونوا يدركم الموت ولو كنتم فى بروج مشيدة﴾**.

وقال تعالى **﴿ ولا تلقوا بأيديكم الى التهلكة﴾** والرسول الكريم ﷺ يقول «إذا سمعتم به بأرض فلا تقدموا عليه، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا فراراً

متفق عليه».

قال الرسول ﷺ «إذا سمعتم الطاعون بأرض فلا تدخلوها وإذا وقع بأرض وأنتم فيها فلا تخرجوا منها» وقال تعالى **﴿وما كفر سليمان ولكن الشياطين كفروا يعلمون الناس السحر......﴾**.

وقال رسول الله ﷺ «إجتنبوا السبع الموبقات قالوا : يا رسول الله وما هن ؟ قال الشرك بالله، والسحر، وقتل النفس التى حرم الله إلا بالحق، وأكل الربا، وأكل مال اليتيم، والتولى يوم الزحف، وقذف المحصنات المؤمنات الغافلات» متفق عليه.

وفى التوعية البيئية والحماية من آثار التلوث، ونقل العدوى والجراثيم جاء فى باب النهى عن الطغوت فى طريق الناس وظلهم وموارد الماء ونحوها.

قال تعالى **﴿والذين يؤذون المؤمنين والمؤمنات بغير ما اكتسبوا فقد احتملوا بهتاناً وإثما مبينا﴾** وقال رسول الله ﷺ «اتقوا اللاعنين. قالوا : وما اللاعنان يا رسول الله ؟ قال الذى يتخلى فى طريق الناس أو ظلهم» رواه مسلم.

وتمثل هذه التعاليم السمحة أرقى أساليب التربية البيئية فى الوقت الراهن، كما تمثل نشر الوعى الصحى والجسمى والنفسى. وفى باب النهى عن التبول فى الماء الراكد «فلقد نهى رسول الله ﷺ أن يبال فى الماء الراكد» رواه مسلم.

والعالم كله يعانى الآن من مشكلة تلوث المياه فى الأنهار والمحيطات والبحيرات، كما يعانى من تلوث الهواء ومن شدة الضوضاء وتلوث المياه الجوفية. ولهذا التلوث آثاره الضارة على صحة الانسان العقلية والنفسية، وخاصة فى بيئات العمل وفى المصانع التى يكثر فيها الغبار والأتربة والدخان والغازات والأبخرة مما يؤدى الى إصابة العمال بكثير من أمراض الصدر والأمراض الجلدية والأمراض العقلية. وفى إطار الهدى الإسلامى الخالد جاء فى باب النهى عن البصاق فى المسجد والأمر بإزالته منه إذا وجد فيه والحرص على نظافة وطهارة المسجد، حيث قال رسول الله ﷺ «البصاق فى المسجد خطيئة وكفارتها دفنها» متفق عليه.

وقال رسول الله ﷺ «إن هذه المساجد لا تصلح لشيء من هذا البول ولا القذر، وإنما هي لذكر الله تعالى وقراءة القرآن». ويتعلم المسلم نظافة جسده، وطهارة قلبه، ويده ونظافة البيئة التي يعيش فيها وإماطة الأذى عنها، وعن الطرقات، ووضع الإسلام للطريق آداباً رفيعة، منها إماطة الأذى، وغض البصر والاحتشام. ومعروف أن كثيراً من الجراثيم تنتقل عن طريق البصاق والتبول والتبرز في الأماكن الرطبة ومن ذلك إنتشار الجراثم المسببة لمرض البلهارسيا.

ويرشد الإسلام سلوك المسلم في كل مناحي حياته، ويعلمه الحيطة والحذر والبعد عن التعرض للأخطار، كما يعلمه البعد عن الاسراف أو التبذير، فلقد جاء في باب النهي عن ترك النار في البيت عند النوم ونحوه سواء كانت في سراج أو غيره :

قال رسول الله ﷺ «لا تتركوا النار في بيوتكم حين تنامون» متفق عليه، قال رسول الله ﷺ «غطوا الاناء وأوكئوا السقاء وأغلقوا الأبواب وأطفئوا السراج فإن الشيطان لا يحل سقاء ولا يفتح بابا ولا يكشف إناء، فإن لم يجد أحدكم إلا أن يعرض على إنائه عوداً ويذكر اسم الله عليه. فليضع فإن الفويسقة [1] تضرم [2] عن أهل البيت بيتهم» رواه مسلم.

باب النهي عن التكلف وهو فعل قول ما لا مصلحة فيه بمشقة.

قال الله تعالى : ﴿قل ما أسئلكم عليه من أجر وما أنا من المتكلفين﴾.

وتمثل هذه التعاليم السمحة أرقى أنواع ما يعرف بالأمن الصناعي في هذه الأيام، وحماية الناس من التعرض لأخطار الحوادث وتفشي الأمراض المهنية وإنتقال العدوى من المريض للسليم، ومن ذلك المحافظة على نظافة الأطعمة وحمايتها من التلوث، وحماية البيوت من أخطار الحرائق وغير ذلك مما يهدد حياة الانسان العقلية والنفسية وصحته الجسمية والعقلية والنفسية، مما يوفر له

---

(١) الفويسقة ـ الفأر.

(٢) تضرم ـ تحرق.

الشعور بالأمن النفسي ومما يدرأ عنه أخطار الحوادث أو أخطار الإهمال، ذلك الإهمال الذى أصبح يهدد حياة آلاف البشر. ولقد جاء فى تحريم اتخاذ الكلب إلا لصيدٍ لماشية أو زرع، حيث قال رسول الله ﷺ «من اقتنى كلبا إلا كلب صيد أو ماشية، فإنه ينقص من أجره قيراطان» متفق عليه.

وقال رسول الله ﷺ «ن أمسك كلباً فإنه ينقص من عمله كل يوم قيراط إلا كلب حدث أو ماشية» متفق عليه ومعروف أن الكلاب، وغيرها من الحيوانات المنزلية، تعد وسيلة سهلة لنقل العدوى، ومن ذلك القطط والفئران وغيرها من القوارض بل الحيوانات كلها تحمل أخطاراً على صحة الانسان إذا لم تكن نظيفة وخالية من العدوى فيما يعرف بإسم «الأمراض المشتركة» وهى أكثر من ٥٠٠ مرضاً كان أشهرها مرض جنون البقر والسل البقرى والجدرى والطاعون.

ولقد جاء فى باب تحريم تشبه الرجال بالنساء وتشبه النساء بالرجال فى اللباس وغيره قول رسول الله ﷺ فى ذلك «أنه لعن المخنثين من الرجال والمترجلات من النساء» متفق عليه. ولعن رسول الله ﷺ المتشبهين من الرجال بالنساء والمتشبهات من النساء بالرجال» رواه البخارى.

الإسلام يربى أبناءه على الفطرة السوية التى تعنى التمتع بالصحة العقلية والنفسية الجيدة، ويبعده عن كل مظاهر الشذوذ الجنسى أو العنف والتطرف. ولقد تبين أن فى نهى الإسلام عن اللواط وغيره من مظاهر الشذوذ الجنسى أطيب الأثر فى الحماية من مرض خطير كمرض الايذر الذى دل البحث العلمى على انتقاله من خلال الممارسات الجنسية الشاذة. كذلك فإن الشذوذ الجنسى قد يرتبط بغيره من مظاهر الأمراض النفسية والعقلية.

حسن الخلق فى الإسلام وأثره على الصحة النفسية :

يدعونا إسلامنا الحنيف الى حسن الخلق، وحسن الخلق بدوره، يؤدى الى الصحة النفسية والى حسن العلاقات الاجتماعية، والى التماسك الاجتماعى، والتعاون والأخذ والعطاء، فعن رسول الله قال «البر حسن الخلق والاثم ما حاك فى صدرك وكرهت أن يطلع عليه الناس» رواه مسلم. ويجمع هذا الحديث

الشريف البر فى حسن الخلق : البر بما يتضمنه من العطف والحنان والشفقة والرحمة والكرم والعطاء والسخاء. ولقد جاءت كلمة البر فى القرآن الكريم بمعنى التقوى «ولكن البر من اتقى» والتقوى، بدورها، كلمة جامعة فسرها الامام على ابن أبى طالب كرم الله وجهه بقوله «التقوى هى الخوف من الجليل والعمل بالتنزيل والرضا بالقليل والاستعداد ليوم الرحيل» (١).

ويشرح القرآن العظيم معانى البر شرحاً مستفيضاً، حيث يجعله أساس العقيدة والمعاملات والعبادات والسلوك الحسن والسوى.

ويقول تعالى **﴿ليس البر أن تولوا وجوهكم قبل المشرق والمغرب ولكن البر من آمن بالله واليوم الآخر والملائكة والكتاب والنبيين وأتى المال على حبه ذوى القربى واليتامى والمساكين وابن السبيل والسائلين وفى الرقاب وأقام الصلاة وآتى الزكاة والموفون بعهدهم إذا عاهدوا والصابرين فى البأساء والضراء وحين البأس أولئك الذين صدقوا وأولئك هم المتقون﴾**.

ويحث الإسلام أبناءه على التحلى بالصبر النفسى، وهو الصبر عن مشتهيات الطبع ومقتضيات الهوى، والصبر فيه معانى العفة عن كل الشهوات والملذات المحرمة، وعكس حالة الصبر النفسية حالة مرضية أخرى هى الجزع والهلع وهما عبارة عن اطلاق دواعى الهوى ليسترسل فى رفع الصوت، وضرب الخدود وشق الجيوب (٢) وغيرها والصبر يحمل معانى ضبط النفس والتحكم فى الانفعالات والعواطف والصبر فى القتال شجاعة وفى كظم الغيظ يسمى حلماً كما يتضمن معانى سعة الصدر وعدم الضجر أو التبرم أو ضيق الصدر.

وعلى ذلك فإن أكثر أخلاق الايمان تدخل فى الصبر، ولذلك قال الرسول ﷺ «الإيمان الصبر» كقوله الحج عرفة. وأمة الإسلام تتحلى بالصبر على الطغاة، وهى تشهد سقوط امبراطوريات الظلم الواحدة تلو الأخرى، وترى معاقل الظلم

---

(١) عبد الحميد كشك، الإسلام وأصول التربية، ص ١٠.
(٢) كشك، ص ٥ مرجعه السابق.

وهى تتهاوى ومن السمات الطيبة فى الاسلام، والتى تحفظ على الانسان صحته النفسية الزهد ويعرفه الامام الغزالى بقوله «ومعنى الزهد أن يملك العبد شهوته وغضبه فينقادان لباعث الدين وإشارة الايمان وهنا ملك الاستحقاق إذ به يصير صاحبه حراً وباستيلاء الشهوة عليه يصير عبداً لفرجه وبطنه وسائر أغراضه، فيكون مسخراً مثل البهيمة مملوكاً يقهره زمام الشهوة آخذاً بمختنقه الى حيث يريد ويهوى [1]. وكم نحن فى حاجة الى تعلم الزهد، لأننا فى عصر طغت فيه الماديات على المعنويات، وانصرفت القلوب الى حب الدنيا وكراهية الموت، فاستشرى الداء وعز الدواء، وعجز الأطباء، فهل الى خروج من سبيل ؟ السبيل كتاب الله تعالى وسنة نبيه محمد ففيها الهداية والنجاة. وكم أصبح أرباؤنا فى حاجة الى تعلم شيء من الزهد، فهاهم كبار الأطباء وشيوخ الطب يتكالبون على جمع المال ويغالون فيما يأخذونه من مرضاهم تحت اسم العلاج الاستثمارى، وأصبحت دقيقة الطبيب الواحدة تكلف المريض المسكين مئات الجنيهات لدرجة أن أهرام ١٩٩٦/٩/١١ ينشر قصة طبيب كبير طلب من فتاة مسكينة صغيرة خمسين ألفا لإجراء جراحة لها.

التنظيم الإسلامى العادل لحياة المرأة والرجل وإنعكاساته النفسية :

التكامل بين الرجل والمرأة، وليس التعارض أو التنافس فعلى الرغم من إختلاف طبيعتهما، إلا أن الله تعالى خلقهما متكاملين أى يكمل بعضهما بعضاً كما يكمل الليل النهار. ومثل هذا المفهوم يبعث على الراحة النفسية والتمتع بالصحة العقلية. ولا شك أن الخلاف فى النظر لحقوق الرجل والمرأة يثور من عدم الفهم الحقيقى لطبيعة كل منهما والنظر إليهما على أنهما متكاملان لا متعارضان كما فى قوله تعالى **﴿والليل إذا يغشى والنهار إذا تجلى وما خلق الذكر والأنثى إن سعيكم لشتى﴾** (الليل ١ – ٤). ولكل منهما وظيفته المكملة لوظيفة الآخر، والأسرة فى التصور الاسلامى، قوامها المودة والرحمة والسكينة، فالبيت فى الاسلام مكان يسكن إليه الإنسان أى يجد الهدوء والاستقرار

---

(١) كشك، ص ٩٧، مرجعه السابق.

والسكينة والمحبة والتعاون والصداقة بحيث توفر التربة الخصبة والمناخ الصحى لحياة نفسية سوية إهتداء بقوله تعالى **﴿ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجاً لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن فى ذلك لايات لقوم يتفكرون﴾** (الروم ٢١) وفى إيراد كلمة «من أنفسكم» دلالة نفسية عميقة على وحدة أصل الرجل والمرأة هذه هى المهمة المتكاملة للرجل والمرأة وغنى عن البيان أن كثيراً من الأمراض النفسية والعقلية تنتج من الجو الأسرى غير الصحى، ومن العلاقات المتأزمة بين الرجل والمرأة أو من جراء فقدان الثقة واحتدام الصراع والتنافس بينهما أو اللجوء للسيطرة والسطوة والتسلط [١]. وهناك اليوم منظمات مشبوهة تغذى الصراع والخلاف والقسمة والفرقة بين شطرى الحياة : الرجل والمرأة. وفى الدعوة لحجاب المرأة حماية لها وللرجل من الفتنة والاغراء والاثارة التى تقود الى المرض النفسى أو الشذوذ أو الجريمة.

الحماية من الفتنة والاثارة والاغراء مدعاة للسواء النفسى :

وذلك اهتداء بقوله تعالى **﴿يا أيها النبى قل لأزواجك وبناتك ونساء المؤمنين يدنين عليهن من جلابيبهن ذلك أدنى أن يعرفن فلا يؤذين وكان الله غفوراً رحيماً﴾** (الأحزاب ٥٩) فالحجاب مانع من التعرض للأذى، فيه حماية للمرأة والرجل، ذلك لإخفاء مفاتن جسدها تعففاً وبعداً عن الاثارة والتهييج، ولعل فيما ينتشر اليوم من جرائم الاغتصاب وهتك العرض ما يدعو للتمسك بآداب الدين حتى لا يجد من فى نفسه مرض الاثارة التى تدفعه للاغتصاب أو لارتكاب جريمة هتك العرض. وفى هذا المعنى النفسى البليغ يقول القرآن الكريم **﴿وقل للمؤمنات يغضضن من أبصارهن ويحفظن فروجهن ولا يبدين زينتهن إلا ما ظهر منها وليضربن بخمورهم على جيوبهن﴾** (النور ٣١) بمعنى إخفاء الزينة التى تلفت الأنظار فتلهب الغرائز وتثير الفتنة للأجانب عن المرأة. ومعروف أن ارتكاب الجرائم ضرب من الشذوذ وأن الاثارة إذا لم يتبعها اشباع حلال أحاط الاحباط بالانسان، والاحباط والفشل من مقدمات الاصابة بالمرض النفسى. وفى هذه الأيام

---

(١) الشعراوى، ص ١٢، محمد متولى، المرأة فى القرآن الكريم، أخبار اليوم، القاهرة، ١٩٩٠.

انتشرت فى بلاد الغرب الاعتداء الجنسى على صغار الاناث من الأطفال. وليس صحيحاً أن الحجاب والاحتشام عامة يقيد من حرية المرأة الشخصية، فالحرية لا يمكن أن تكون مطلقة، وإنما لابد لها أن تكون مقيدة بقيود النظام العام والقانون والصالح العام والحماية، ولابد أن تنتهى الحرية حيث تبدأ حرية الآخرين، بل إن الفوضى وترك الحبل على الغارب وإطلاق غرائز الانسان مدعاة الى الاصابة بالمرض النفسى.

لقد أمرنا الله بستر مفاتن المرأة وليس ذلك إلا فى صالح المرأة ذاتها والرجل أيضاً، فإن سادت الفوضى الأخلاقية خطفت النساء أزواج بعضهن البعض، وهدرت القيم، وتحطمت الأسر. ذلك إهتداء بقوله تعالى **﴿ولا يبدين زينتهن إلا لبعولتهن أو آبائهن أو آباء بعولتهن أو أبنائهن أو أبناء بعولتهن أو إخوانهن أو بنى أخوانهن أو بنى إخوانهن أو نسائهن أو ما ملكت أيمانهن أو التابعين غير أولى الأربة من الرجال أو الطفل الذين لم يظهروا على عورات النساء﴾** (النور ٣١) ومن سمات هؤلاء من محارم المرأة.

ومن كان الزوج الصالح، وفقاً للآداب الاسلامية، الأمانة والصدق والوفاء والأدب والعفة والقوة مصداقاً لقوله تعالى **﴿قالت إحداهما يا أبت استأجره إن خير من استأجرت القوى الأمين﴾** [1] (القصص ٢٦).

---

(١) محمد متولى الشعراوى، المرأة فى القرآن الكريم، أخبار اليوم، القاهرة، ١٩٩٠.

المراجع :

(١) عبد الرحمن العيسوى، الاسلام والعلاج النفسى، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، ١٩٨٦.

(٢) عبد الرحمن العيسوى، سيكولوجية المراهق المسلم المعاصر، دار الوثائق، الكويت، ١٩٨٦.

(٣) عبد الرحمن العيسوى، مقومات الشخصية الاسلامية والعربية، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، ١٩٨٦.

(٤) محمد البمبى، الايمان من التوجيه القرآنى الكريم، مطبعة الأزهر، القاهرة، ١٩٩٦.

(٥) عباس بيومى عقلان، دراسات فى الحديث النبوى، مؤسسة شباب الجامعة، الاسكندرية، ١٩٨٦.

مبدأ عدم الاسراف أو التقتير :

قال تعالى **﴿والذين أنفقوا لم يسرفوا ولم يقتروا وكان بين ذلك قواماً﴾** (سورة لقمان ٦٧). الإسلام يدعونا دائماً للتوسط والاعتدال بين الاسراف الزائد وبين البخل والتقتير الزائد، وكلاهما رذيلة وكما قال أرسطو الفضيلة وسط بين طرفين كلاهما رذيلة : افراط وتفريط. الاسراف يقود للهلاك والافلاس وعدم الاحتراس ضد مصائب الدهر وغوائله، والتقتير يقود للشعور بالحرمان والحقد والحسد والكراهية، ولذلك فإن الوسطية من المبادئ الإسلامية التربوية الجيدة. ويقول الحق تبارك وتعالى **﴿كلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين﴾** (الأعراف ٣١) والدعوة للتوسط دعوة عامة فى الانفاق وفى الأكل والشرب واللبس وفى كافة جوانب الاستهلاك، فالإسلام يرشد سلوك المسلم الاستهلاكى ويدفعه الى حد الكفاية فقط أى يأكل الحد الضرورى فقط وفيما عدا ذلك يتصدق به فى شكل الزكاة وغيرها فالمسلم ليس مسئولاً عن نفسه وحسب، وإنما عن فقراء بنى جلدته أيضاً تدعيماً للتكامل والتكافل والتضامن الاجتماعى.

يقول تعالى فى كتابه الكريم **﴿أقرأ باسم ربك الذى خلق، خلق الانسان من علق، إقرأ وربك الأكرم، الذى علم بالقلم، علم الانسان ما لم يعلم﴾** (سورة العلق ١ - ٥).

ويدعونا اسلامنا الحنيف الى القراءة والاطلاع والبحث والتنقيب والدرس والتفقه فى الدين واكتساب العلم ونشره. فالاسلام دعوة مستنيرة تقوم على أساس تشجيع العلم والعلماء وتكريمهم واحترامهم وتقديرهم، وعلى نشر العلم النافع، العلم الخير الذى يستخدم فى وجوه السلم وأغراضه، ويقول تعالى أيضاً **﴿إنما يخشى الله من عباده العلماء﴾** (سورة فاطر ٢٨).

وينزل الاسلام العلماء منزلة رفيعة فهم أكثر الناس خشية لله تعالى، بسبب

علمهم واستنارة عقولهم وتفقههم فى الدين. ولذلك، فالاسلام دعوة للعلم وللعقل وللتأمل والتبصر والتفكير والتدبر والفهم والاستيعاب فى مخلوقات الله وخيراته ونعائمه وفضله على الانسان وعلى العالم. لا يوجد تعارض بين العلم والدين فى الاسلام، بل إن الاسلام يشجع على اكتساب العلم وليس اكتسابه وحسب، وإنما يوجب على من يتعلم أن يعلم غيره وأن ينشر نور العلم بين ربوع الأمة الإسلامية. وليس غريباً إذن، أن يخلق الإسلام أرقى حضارة عرفتها الانسانية قاطبة. وفى تكريم العلماء والعلم يقول الهدى القرآنى الخالد **﴿قل هل يستوى الذين يعلمون والذين لا يعلمون﴾** (سورة الزمر ٩).

فالعلم فضيلة قدرها الاسلام ودعا إليها ولم يخشى الاسلام من العلم والعلماء على دعوته، بل دعا الى العلم، وأحرز علماء الاسلام فى العصور الوسطى أكبر المنجزات العلمية فى الفلسفة وفى الطب والكيمياء والرياضيات والفلك وشتى العلوم المعروفة على أيامهم، ولذلك قامت نهضة علمية اسلامية نقل عنها الغرب حضارته الحالية.

قال تعالى **﴿فإذا عزمت فتوكل على الله إن الله يحب المتوكلين﴾** (سورة العمران ١٥٩).

ويدعو الاسلام للتحلى بكثير من الفضائل والخصال والخلال والسمات الحميدة، ومن ذلك التوكل على الله تعالى، ولهذا أبلغ الأثر النفسى فى شعور الانسان بالأمن النفسى والاستقرار والثبات والهدوء، بدلاً من أن يظل حائراً مشتتاً عاجزاً عن اتخاذ قرار فيما يواجهه من مكشلات وتعرف حالة التردد هذه فى علم النفس الحديث بحالة الصراع.

قال تعالى **﴿وان تصبروا وتتقوا فإن ذلك من عزم الأمور﴾** (سورة آل عمران ١٨٦).

من أخلاق الاسلام، التى تؤدى بدورها الى التمتع بالتكيف النفسى الدعوة للصبر وقوة الاحتمال والجلد وعدم التهور أو العبث أو السخط والضجر والتبرم وفقدان الثقة والشطط والضياع، وإنما التحلى بالصبر وفى الصبر قوة للشخصية

وسلامة للصحة النفسية، وقوة الاحتمال من المظاهر الدالة على سلامة الشخصية وسوائها.

قال تعالى **﴿واصبر نفسك مع الذين يدعون ربهم بالغداة والعشى يريدون وجهه ولا تعد عيناك عنهم تريد زينة الحياة الدنيا ولا تطع من أغفلنا قلبه عن ذكرنا واتبع هواه وكان أمره فرطا﴾** (الكهف ٢٨).

ويدعو الاسلام للتحلى بالصبر وعدم التكالب على زينة الحياة الدنيا فى سبيل التمتع بالجنة والخلود فيها، وهى أبقى وأقيم وما الحياة الدنيا إلا تجربة ومقدمة للدخول فى حياة أبدية دائمة.

الدعوة للتماسك الاجتماعى :

وفى الدعوة للتآلف والاتحاد والوحدة والتماسك والتضامن والتساند بين أبناء الأمة الاسلامية يقول القرآن الكريم : **﴿فألف بين قلوبكم فأصبحتم بنعمته إخوانا﴾** (سورة العمران ١٠٣).

فالإسلام يدعو لنشر مشاعر الإخاء والأخوة بين المسلمين وما يتبع ذلك من التضامن والتماسك والوحدة والوقوف فى وجه الطغاة وأعداء الاسلام الذين يخافون من الاسلام على قوتهم، ولذلك يحاربونه ويتهمونه بتشجيع الارهاب وهو دين سلم وسلام وتحضر ورقى. وما أحوجنا نحن المسلمين للتآلف بعد أن شب النزاع بين كثير من بقاع الأرض وها هى دعاوى العلمانية والبعد عن الدين تصيب بعضا من ضعاف النفوس من أبناء أمة الاسلام نفسها. ويدعو الاسلام للتواضع وحسن المعاشرة وحسن الجوار ولنا فى رسول الله أسوة حسنة ومثالاً يقتدى به فالمؤمنون أخوة أولياء بعضهم لبعض بعيدين عن التعالى والغطرسة والكبرياء. ولذلك سوى الاسلام بين أبنائه فلا فرق لعربى على أعجمى إلا بالتقوى. والمسلمون كأسنان المشط سواسية. وتربط بينهم مشاعر الوحدة ومشاعر الجسد الواحد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى.

ويقول تعالى فى كتابه الكريم **﴿فلذلك فادع واستقم كما أمرت ولا تتبع**

أهواءهم﴾ (سورة الشورى ١٥).

الثبات فى الدعوة والثبات على المبدأ من دواعى الاستقرار الفكرى والنفسى والعقلى والعقائدى، ولذلك، فالاسلام يدعونا للثبات على المبدأ ضماناً للاستقرار النفسى وعدم التذبذب أو التأرجح، ومن ثم الضياع والشعور بالفوضى وانعدام الرؤية. وتقود مثل هذه المشاعر للمرض النفسى.

مبدأ الزهد فى متاع الدنيا :

من المبادئ التربوية والنفسية العظيمة فى الاسلام، الدعوة للزهد فى متاع الدنيا وزينتها وملذاتها وشهواتها من النساء والذهب والفضة والخيل وما الى ذلك، وفى ذلك محاربة للفلسفات المادية التى ظهرت وسيطرت على العالم الغربى فى أيامنا هذه، وهى نزعات تؤدى بأصحابها الى الهلاك والى التكالب والى عبودية المال والخضوع له وسيطرته على حياة الفرد والجماعة، والى طمس القيم الأخلاقية والروحية والانسانية لدرجة أننا أصبحنا نسمع أن الدولار هو الذى يحكم أمريكا قال تعالى **﴿زين للناس حب الشهوات من النساء والبنين والقناطير المقنطرة من الذهب والفضة والخيل المسومة والأنعام والحرث﴾** (سورة آل عمران ١٤).

مبدأ الحد من اتباع الهوى :

كذلك من المبادئ التربوية التى يحفل بها تراثنا الاسلامى الخالد الخوف من الله تعالى وخشيته ونهى النفس عن اتباع الهوى والشطط أو الجنوح الى الشر أو الملذات أو الشهوات أو الأطماع، فإن النفس تصاب بالمرض مثلها فى ذلك مثل سائر البدن، وفى ذلك يقول القرآن الكريم **﴿وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى، فإن الجنة هى المأوى﴾** (سورة النازعات ٤٠ - ٤١).

وفى الدعوة للصبر والتحلى به يحث الاسلام على التمسك بخصال الصبر، وهو عكس التهور والتهيج والتسرع والتخبط، وهو دليل على تمتع صاحبه بالصحة النفسية والعقلية الجيدة، والمؤمن قادر على ممارسة الصبر، وضبط النفس،

وعلى التحمل والجلد أكثر من الملحد، لأن الايمان يقوى الفضائل الانسانية ومنها فضيلة الصبر. ويقول تعالى **﴿وما يلقاها إلا الذين صبروا وما يلقاها إلا ذو حظ عظيم﴾** (سورة فصلت ٣٥).

وللصبر والصابرين أجر عظيم عند الله تعالى. وما أحرانا نحن المسلمين أن نتحلى بالصبر فى هذا العصر الذى إزدادت فيه الضغوط النفسية على الانسان من الغلاء والبطالة والتسيب الإدارى، وفوضى الشارع، وعدم الالتزام، وعدم تطبيق القانون والمنافسات الشديدة، وانتشار البطالة، وصعوبة الزواج وتكوين الأسرة، وصعوبة المنافسات فى المجال التعليمى، وارتفاع مستويات الطموح، وإزدياد معدلات القلق، ولذلك لا يوجد دواء للقلق خير من التحلى بالصبر والتدرب عليه إهتداء بقوله تعالى **﴿يا أيها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة﴾** (سورة البقرة ١٥٣).

ويجد المسلم فى الصبر وفى الصلاة ما يريحه من عناء الدنيا ومتاعبها ومشاكلها التى باتت تثقل كاهل الانسان، وخاصة الفقير والبسيط الذى بات تطحنه الظروف القاسية والغلاء والبطالة وارتفاع تكاليف الحياة، ولا مفر من التحلى بالصبر والأناة والرفق فما وجد الرفق فى شىء إلا زانه. وما انتزع من شىء إلا شانه مصداقاً لقول رسولنا الكريم. ويقول تعالى أيضاً **﴿وأصبر على ما أصابك إن ذلك من عزم الأمور﴾** (سورة لقمان ١٧).

ويدعو الاسلام الانسان للصبر، وخاصة فى أوقات الشدائد والأزمات والكوارث الطبيعية أو الصناعية والصعاب. وفى الصبر قوة وعزم وإرادة وتحدى، وذلك بدلاً من الانهيار والسقوط أمام نوائب الزمن وما أكثرها فى هذا الزمان. الصبر هو الحل وهو العلاج وهو الخلق، وفى ذلك يقول الحق تبارك وتعالى **﴿أولئك يؤتون أجرهم مرتين بما صبروا﴾** (سورة القصص ٥٤).

ولفضيلة الصبر أجر عظيم عند الله تعالى ولذلك يقول تبارك وتعالى **﴿ولنجزين الذين صبروا أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون﴾** (سورة النحل ٩٦)

على أنه من الجدير بالاشارة أن الصبر لا يعنى، بحال من الأحوال، التواكل

والكسل والتراخى والضعف والخور فى مطالبة المسلم بحقوقه والدفاع عن أرضه وعرضه وشرفه وماله ووطنه وعروبته واسلامه فالصبر مع القوة والارادة والعزيمة والشجاعة والاقدام والاستبسال فى الدفاع عن الحقوق المشروعة والصبر مع الكفاح والنضال والسعى الحاد والموصول فى طلب الرزق.

المراجع :

(١) عبد الرحمن العيسوى، الاسلام والعلاج النفسى، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، ١٩٨٦.

(٢) عبد الرحمن العيسوى، سيكولوجية المراهق المسلم المعاصر، دار الوثائق، الكويت، ١٩٨٦.

(٣) عبد الرحمن العيسوى، مقومات الشخصية الاسلامية والعربية، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، ١٩٨٦.

(٤) محمد البهى، الايمان من التوجيه القرآنى الكريم، مطبعة الأزهر، القاهرة، ١٩٩٦.

(٥) عباس بيومى، دراسات فى الحديث النبوى، مؤسسة شباب الجامعة، الاسكندرية، ١٩٨٦.

(٦) أحمد شلبى، تاريخ التربية الاسلامية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ١٩٨٢.

(٧) البخارى، ابى عبد الله محمد، صحيح البخارى، دار المعرفة، بيروت، لبنان، ب ت.

(٨) النووى، يحى شرف الدين، مختصر كتاب رياض الصالحين، دار القلم، لبنان، بيروت، ١٩٨٣.

(٩) النووى، يحى شرف الدين، رياض الصالحين من كلام سيد المرسلين، وكالة المطبوعات، الكويت، ١٩٧٠.

(١٠) أبو بكر جابر الجزائرى، منهاج المسلم، مكتبة الدعوة الاسلامية، شباب الأزهر، القاهرة، ١٩٦٤.

(١١) محمد فؤاد عبد الباقى، المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم، دار الفكر، بيروت، ١٩٨١.

الأسس الإسلامية والطبية
لعلاج البوال الليلى والوقاية منه

مقدمة :

اسلامنا الحنيف دستور جامع شامل لكل جوانب حياة الفرد والجماعة. فالهدى الاسلامى الخالد ينظم حياة الانسان ويرشده ويوجهه ويهديه الى سواء السبيل والى التمتع بالحياة الآخرة والحياة الدنيا وبالصحة العقلية والنفسية والأخلاقية وبالفطرة السوية التى فطر الله عليها الناس، ولذلك ما من جانب من حياة المسلم إلا ووجد فى تعاليم اسلامه السمحة، عقيدة وسلوكاً، الهدى والارشاد والسداد والتوجيه والتعليم والتربية الصالحة (١). وفى مجال الصحة النفسية يحفل اسلامنا الخالد بالمبادئ العامة والقواعد والأصول التى تحفظ على الانسان صحته الجسمية والعقلية والنفسية وتصون كرامته وتدفعه للطاعة والالتزام والتوسط والاعتدال والانصاف والبر والاحسان وحسن المعاملة والتصدق والكرم والعطاء والوفاء والوعود والرحمة والشفقة والهدوء والرفق والسكينة والتوكل على الله والرضا والقناعة والزهد.. وما الى ذلك من القيم الخالدة على مر العهود والدهور (٢).

وفى مجال الأسرة، يحيط الاسلام أبنائها بسياج من القيم التى تحمى من الاصابة بالاضطرابات والأمراض والعلل، والخلل، ومن ذلك العدل مع العيال والتوسعة عليهم والرحمة بهم وعدم الضجر أو التبرم من انجابهم، لأن الله رازقهم ونحن معهم، وعدم استعمال القسوة أو الغلظة والخشونة معهم، وعدم التفرقة فى التعامل بينهم وحبهم واعتبارهم فلذات أكبادنا وقرة أعيينا، وهم فوق كل هذا أحباب الله (٣).

وفى هذا المقال المتواضع استعراض لمشكلة من المشاكل النفسية التى قد يتعرض لها نفر غير قليل من أبنائنا وهى التبول اللاارادى، وفى هذا المقال مزج

وتوفيق بين التعاليم الطبية الحديثة وبين أصولها الاسلامية فى شكل المبادئ التى تحول دون وقوع أسبابها، كالغيره من الأخوة والأخوات أو عدم توخى الاباء العدل مع العيال أو حرمانهم، وعدم التوسعة عليهم أو الضجر بانجاب الاناث دون الذكور، أو البعد عن المناخ الاسلامى الذى أحاط الأسرة المسلمة بسياج من الرحمة والموده والسكينة (٤) . وحين نستعرض أساليب العلم الحديث، فلقد أمرنا اسلامنا بالأخذ بالأسباب، ولكن لإسلامنا فضل السبق فى ربط حياة الانسان بنسق عظيم من القيم والمبادئ والقواعد والأصول التى تحفظ عليه، صغيراً أو كبيراً، حياته العقلية وصحته النفسية (٥).

طبيعة التبول اللاارادى :

التبول اللاارادى enuresis عبارة عن انسياب أو تدفق أو نزول البول لا ارادياً. وقد يحدث خلال النوم أو أثناء اليقظة، وما يحدث منه فى الليل يسمى البوال الليلى nocturnal enuresis . وقد تتضمن هذه الظاهرة المرضية انفلات البول أثناء المشى نهاراً، ويسمى هنا «البوال النهارى» وهى حالة من حسن الحظ نادرة الحدوث «أى البوال النهارى» (٦).

ويعرفه انجلش، وانجليش English بأنه الاخراج اللاارادى للبول (٧) . involuntary discharge of urine

عملية التبول اللاارادى، فى شكلها الطبيعى، تحدث عندما تمتلئ مثانة الطفل بالبول لأن امتلاء مثانة الطفل بالبول يصدر تأثيرا يحرك بصورة آلية، عملية التبول urination ومن ثم تفريغها. يجب أن يكون الطفل ناضجاً لدرجة تمكن عضلاته العاصرة من مقاومة التفريغ حتى يقوم الطفل بعملية التفريغ هذه ارادياً. الطفل الصغير يكون عاجزاً عن التحكم فى هذه العملية فى أثناء اليقظة، وبالتالى يبل فراشه أثناء النوم، ولكن هذا أمر طبيعى بالنسبة للسنوات الأولى من حياة الطفل. والتحكم المطلق لا يتأتى لمعظم الأطفال قبل سن المدرسة (٨).

ولا توجد دراسات تقطع بالسن المحددة التى يصل فيها جميع الأطفال الى القدره على ضبط المثانة. وهناك بعض الأطباء الذين يحددون العمر من ٣ - ٨

سنوات ويبدو أثر الوراثة واضحاً فى هذا الاضطراب... ويمكن تمييز نوعين من التبول اللاارادى :

أ- النوع المزمن Chronic.

ب - النوع النكوصى أو الانتكاصى regressive.

فى النوع الأول الطفل لم يحدث أن تمكن من ممارسة ضبط المثانة قبل ذلك... ويستمر فى ذلك.. وهناك من يتبول لا اراديا سواء فى النوم أو فى اليقظة، وفى هذه الحالة قد تستمر حتى مرحلة المراهقة والرشد. وفى هذه الحالة قد يرجع الاضطراب الى الوراثة Heredity.

أما فى النوع النكوصى، فان ضبط المثانة يكون الطفل قد وصل اليه فيما مضى، ولكنه توقف عنه الآن. وربما يرجع ذلك الى التعرض المفاجئ لنوع من الضغوط أو التوترات أو الصراعات. من ذلك ميلاد طفل جديد فى الأسرة. ومن ثم شعور الطفل بالغيرة وعدم الأمان Jealousy and insecurity وهو نوع انتقالى وقد يكون بل الفراش ضرباً من الانتقام من الأب أو الثأر.. وتكمن الصعوبة اذا أدى التبول اللاارادى الى السخرية من الطفل عن طريق الأطفال الآخرين، وكذلك الكبار فى الأسرة أو فى المدرسة، هذا السلوك السيء قد يؤدى الى شعور الطفل بعدم الأمان وبالنبذ والطرد، وقد يؤثر ذلك فى شعور الطفل باحترامه لذاته selfesteem ويتصل بهذا الاضطراب أيضاً «التبرز اللاارادى» (٩) .encopresis

ان مشكلة التبول اللاارادى تعد أكثر أهمية اذا حدث هذا التبول بالنسبة للأطفال والكبار. وتقول بعض التقديرات أن هناك خمسة ملايين طفل ومراهق أمريكى يعانون من ذلك. وتأخذ هذه النسبة فى الانخفاض بتقدم الأطفال فى العمر. فى سن ٧ سنوات هناك ٢١٪ من الذكور، ١٥٪ من الاناث يعانون من ذلك. وينخفض هذا المعدل الى ٣٪ للذكور، ٢٪ عند الاناث فى سن ١٤ سنة. والواقع أن معظم حالات التبول اللاارادى تكون موجودة منذ الميلاد. ويسمى «التبول اللاارادى الأول». بينما هناك نسبة قليلة قد ترتد اليه بعد أن تكون قد

تمكنت من ضبط المثانة. وفى هذه الحالة يطلق عليه «التبول اللاارادى الثانوى» وهذا النوع الأخير - أى الثانوى - يرتبط بالصراعات الانفعالية التى توجد لدى الطفل وهو فى محيط الأسرة. فقد يرتد الأطفال الذين هم فى السن من ٣ - ٥ سنوات الى عادة بل الفراش اذا ما رزقت الأسرة بمولود جديد أو اعترى حياتهم نوع من الاضطراب أو القلق.

لقد تساءل بعض العلماء عما اذا كان التبول اللارادى ظاهرة مرضية، أى عرض مرضى أم مجرد عادات خاطئة. وتدور معظم الآراء حول كون هذه العادة السلبية ناجمة عن سوء عملية تدريب الطفل على ضبط المثانة (١٠). وجدير بالاشارة ان التبول اللارادى يعد سلوكاً طبيعياً فى عمر معين، ويعد شاذاً فى عمر آخر...

ومن الأسباب الغريبة التى تكمن وراء التبول اللاارادى أن الطفل الكبير بعد أن ترزق الأسرة بطفل آخر قد يقلد الطفل الكبير الطفل الصغير فيبل فراشه مثل أخيه (١١).

وقد يحدث التبول اللاارادى أثناء الحلم الذى يجسد للفرد أنه يقضى حاجته، فإذا به بلل فراشه، وقد تكون هذه الأحلام بالنسبة للكبار ذات طبيعة جنسية، حيث يسبب التبول نوعاً من الاشباع الجنسى. وتتراوح معدلات التبول اللاارادى من حدوثه فى كل ليلة الى حدوثه فقط عندما يكون الطفل خاضعاً لضغوط شديدة، وفى الغالب ما يحدث بين ٢ ، ٥ مرات أسبوعياً. ولكن بعض الدراسات وجدت حوالى ١٢٪ منهم مصابون به، كما وجدت هذه النسبة بين الجنود فى محطة لتدريب جنود البحرية الأمريكية. وقد سجلت ١٦,١٪ من مجموعة مكونة من ١٠٠٠ من مراكز الاختبار فى الجيش، قرروا أنهم خبروا التبول اللاارادى بعد سن الخامسة. وكان هناك ٢,٥٪ قرروا ذلك فى سن ١٨ سنة وما بعدها. وتقل نسبتهم بالتقدم فى السن. ولا يوجد حالات تعانى منه فيما بعد الثلاثين الا اذا كان ذلك لأسباب مرضية عضوية (١٢).

وتقرر حالات من الاناث عانين منه حتى سن ١٤ سنة. وتقرر أم أمريكية أنها

عانت منه حتى سن الزواج، وكانت أختها البالغة من العمر ٢٠ عاما تعانى منه ولم تجرؤ على المبيت خارج منزلها فى هذه السن، وفقدت الالتحاق بالجامعة لهذا السبب، وكان شقيقها فى المدرسة يبل فراسه كل ليلة. وكانت هذه الأم تصر على انكار هذه الحالة فقد ترجع الى أخطاء فى عملية التدريب والتعليم، وتصر على أنها وراثية. وقد يبدأ الطفل مشاوره مع التبول اللاارادى عند اصابته بمرض حاد كالحصبة measles وبعض الآباء قد يميلون الى اعزاء هذه العادة الى ضعف فى المثانة أو فى الكلى للتخلص من الشعور بالحرج (١٣) والمسئولية فى التدريب.

الأسباب المؤدية للتبول اللاارادى :

قد يرجع التبول لأسباب متعددة أو لمجموعة من الأسباب المتضافرة، من ذلك المعاناة من التوتر الانفعالى الزائد ومن الصراع والقلق، وقد يحدث كنوع من الازاحة أو النقلة لاشباع جنسى يرتبط بتخيلات جنسية مكبوتة، أو يهدف الطفل من ورائه على المستوى اللاشعورى الى جذب انتباه الوالدين أو المحيطين به. وقد يرجع الى التدريب الخاطئ على قضاء هذه الحاجة. أو اهمال التدريب على اتقانها أو التبلد وعدم المبالاة من قبل الوالدين. ذلك القلق الذى ينتقل الى الطفل. وتكثر حالات البوال بين الذكور أكثر منها بين الاناث (١٤).

والتحكم المطلق لا يتأتى لمعظم الأطفال الا قبيل سن المدرسة.

وقد يؤدى التوتر الانفعالى أو الضيق الى فقدان هذا التحكم، وتلك السيطرة. واستمرار التبول اللاارادى حتى سن المدرسة. وفى حالة غياب أية أسباب فيزيقية، فإن ذلك لابد وأن يرجع الى المشاكل الانفعالية أو النفسية، بمعنى أن وجوده يعد مؤشراً على وجود تلك الأزمات الانفعالية. الطفل قد يستعمل، على المستوى اللاشعورى، عادة بل الفراش للرد على الآباء فى استخدامهم نمط شديد وصارم فى تأديبه أو التعامل معه أو لعدم الفهم المتبادل أو نتيجة لأية مشكلة يعانى منها الطفل تكون أكثر خطورة، مثل رفض الآباء للطفل Parental rejection والحقيقة أن رد فعل الطفل للتبول، يختلف اختلافاً جوهرياً من طفل لآخر،

فمنهم من يشعر بالعار والخجل والذنب ومنهم من لا يبالى. ولكن ذلك لا يوقف هذه الظاهرة المرضية، والبعض يتجاهل هذه الظاهرة وينكرها.

ويمكن القول بأن معظم حالات التبول اللاارادى هى حالات وظيفية وليست عضوية Functional بمعنى أن أعضاء الجسد تكون سليمة فى حين أن وظيفة المثانة عاجزة. وقد ترجع هذه الحالة الى ضعف نمو المثانة أو الاهمال فى التدريب على قضاء الحاجة أو للتعرض لمواقف ضاغطة كالعلاج بالمستشفى والالتحاق بالمدرسة لأول مرة وميلاد أخ جديد (١٥).

وتؤكد معظم الدراسات أن غالبية الحالات ترجع لأسباب نفسية واجتماعية وتربوية وقلة فقط من الحالات هى التى ترجع لأسباب عضوية organic حيث يوجد بعض الضعف فى التكوين البنائى لجهازهم البولى التناسلى - genito urinary system وكذلك قد يرجع التبول اللاارادى الى الاصابة بمرض السكر diabetes ويتعين فحص حالة كل طفل فحصاً طبياً دقيقاً للتحقق من خلوه من الأسباب العضوية قبل الشروع فى العلاج النفسى. البعض يرجع تبوله لحالة التعب والارهاق الفيزيقى Physcial exhaustion التى يتعرض لها وخاصة اذا كان الطفل نحيفاً وضعيفاً وقليل الوزن. ومع ذلك يلعب كثيراً وبشدة، ولا يخصص وقتا طويلا لتناول الطعام أو للراحة، ويستمر فى ممارسة اللعب من الصباح الباكر حتى المساء. وعندما تستريح عضلاته المرهقة والمتعبة وتسترخى، فإن فتحة المثانة أيضاً تسترخى وينساب منها البول دون أن يشعر الطفل (١٦).

وتكشف بعض الدراسات أن هناك حالات من التبول اللاارادى ترجع الى عدم نضج المثانة نضجاً كافياً، وبالتالى لا تستطيع المثانة أن تحتفظ بالبول بها أو تلك الكميات التى تفرزها الكليتان excrete خلال الليل. ولقد أكدت هذه الحقيقة دراسة بسيطة تم فيها مقارنة الأطفال الذين يبلون فراشهم، وأولئك الذين لا يعانون من ذلك بحبس أكبر كمية ممكنة من البول، وذلك بعد أن يفرغ الجميع مثانتهم، والاحتفاظ به لأكبر وقت ممكن يستطيعه الطفل ثم يتبول فى كأس مدرجة ويتم قياس حجم البول لدى المجموعتين. وقد لوحظ أن الطفل

السوى احتفظ بـ ١٢ - ١٤ أوقية من البول الخالص، بينما لم يتمكن الآخرون من الاحتفاظ بأكثر من ٦ أوقيات.

ويلاحظ أطباء الأطفال Pediatricians أن التوتر يكمن وراء عادة بل الفراش، ومن ذلك الفشل فى المدرسة، والغيرة من الأخوة والأخوات والشجار أو العراك bickering وما أشبه ذلك، والعادة، نفسها، تسبب ازعاجاً للطفل وشعوراً بعدم الأمان.

انتشاره بين الصغار والكبار على حد سواء :

الحقيقة أنه، خلافاً لما يعتقد البعض، فإن التبول اللاارادى يحدث كثيراً بين الكبار، فلقد كان هناك آلاف من المجندين الأمريكيين الجدد الذين تم رفض تجنيدهم فى الحرب العالمية الثانية (١٩٣٩ - ١٩٤٥) بسبب اصابتهم بالتبول اللاارادى، وفى خلال سنوات الحرب تم اعفاء أعداد قليلة من الرجال بسبب هذه المشكلة. ومن الحالات الصارخة حالة لرجل فى الثلاثينات من عمره، كان ينحدر من منطقة ريفية، ولقد حيرته وأربكته الحياة العسكرية، وفشل فى التكيف معها، ولذلك أصيب بالتبول اللاارادى وفى هذه الحالة، وأمثالها، يكون هذا السلوك النكوص أو الانتكاص regressive استجابة للضغوط التى سقطت على هذا الرجل من الحياة العسكرية، ولكن هذا السلوك ارتد الى خبرات الفشل التى عانى منها فى الطفولة [١٧].

اضطرابات الطفولة الأخرى :

ولكن التبول اللاارادى ليس هو الاضطراب الوحيد الذى يصيب الأطفال، وإنما هناك العديد من الاضطرابات التى قد يعانون منها، من ذلك صعوبات النطق والكلام مثل التهتهة واللجلجة والمشى أثناء النوم والسلوك المضاد للمجتمع كالسرقة والهروب والتشرد والجنوح والانحرافات الجنسية، وهناك الحركة الزائدة أو اضطراب النشاط الزائد عن الحد، وهناك اللوازم وهناك الشره أو الاقبال الزائد على تناول الطعام أو فقدان الشهية العصبى bulimia anrexia nervosa والوحم Pica.

من مشاكل الطفولة السلوكية، كذلك، الهروب والهستيريا والوسواس القهرى والفوبيا والقلق والاكتئاب والذهان والوهم وفصام الطفولة [١٨].

ترتبط كل مرحلة من مراحل النمو لدى الانسان بنوع معين من الاضطرابات. فى السنوات الأولى من عمر الطفل تكون أسباب هذه الاضطرابات غير واضحة. ويكون أكثر الأعراض انتشاراً فى مرحلة ما قبل المدرسة الفوبيا أو المخاوف الشاذة اللامعقولة ونوبات المزاج الحاد والأوهام والتبول اللاارادى والعدوان على الرفاق والصداع والقىء والامساك.

وقد يرتبط اضطراب التبول اللاارادى باضطرابات أخرى مثل العزوف عن تناول الطعام، وهناك من لا يعتبر التبول اللاارادى سلوكاً شاذاً الا فى ضوء ثقافتنا الحالية التى تحدد الأنماط المقبولة من السلوك.

سبل الوقاية والعلاج من التبول اللاارادى :

هناك مناهج متعددة لعلاج التبول اللاارادى enuresis nocturna من بين هذه المناهج العلاج السلوكى أى العلاج عن طريق التعلم الشرطى [١٩] conditioning treatment.

وكذلك هناك العلاج باستخدام الأدوية والعقاقير drug therapy حيث يمكن استخدام التشريط الايجابى فى تغير العادات السلوكية الحركية وكذلك فى تغيير أساليب التفكير، بمعنى تعديل الاستجابات الأولية أو الذاتية ومن ذلك معالجة عادة التبول اللاارادى أى العجز عن ضبط المثانة فى أثناء النوم ويتم ذلك عن طريق تهيئة المريض للاستيقاظ من النوم عند سماع انذار معين لمجرد أن تخرج منه أول قطرة من قطرات البول urine حيث يتم الارتباط بين كمية البول والاستيقاظ من النوم. ففى بداية العلاج يستيقظ الطفل على أثر سماع انذار أو جرس، ويقود هذا الى نمو القدرة على كف التبول اللاارادى والاستجابة لمجرد اثارة المثانة bladder فى أثناء النوم. وجدير بالاشارة أن العلاج الشرطى هذا استخدم بنجاح فى علاج العمال الذين لا يعملون فى المصانع بصورة ايجابية فعالة. ولكى ينجح مثل هذا العلاج الشرطى لابد من توفير نوع من المكافأة أو

التعزيز reward بمعنى توفير المكافأة للطفل كلما أتى بالسلوك المرغوب فيه. ويؤدى تعزيز هذا السلوك الى ثباته وميل الانسان الى تكراره فى المواقف [٢٠] المقبلة. ومثل هذا المنهج يفيد فى علاج عادات سلوكية أخرى كثيرة منها الادمان والتدخين وفقدان الشهية والسرقة والغش والتدمير والكذب والتمرد والعصيان والثورة. وكذلك علاج حالات الفوبيا أى المخاوف الشاذة، كما يستخدم فى غرس عادات ايجابية كالنظافة وحب العمل واتباع الأساليب الجيدة فى مجالات العمل والانتاج. ويستخدم منهج الاشتراط الاجرائى أو الأدوى operant conditioning technique لإزالة العادات السلوكية السيئة مثل «اللوازم العصبية» قضم الأظافر، ومص الأصابع، والحركة الزائدة، وغرس عادات جيدة وايجابية بدلاً منها، بحيث يتم تكوين نمط من السلوك الايجابى أو الاستجابات الايجابية لتحل محل الاستجابات السالبة وذلك بتوفير المكافأة المادية أو المعنوية على الاستجابات المرغوب فيها وحرمان الاستجابات السالبة من هذه المكافآت [٢١] بل يستخدم العقاب أو ما يعرف باسم «التعزيز السلبى» لوقف السلوكيات الشاذة وازالة السلوك غير المقبول دينياً وأخلاقياً واجتماعياً. ولقد استخدم العلاج الشرطى السلوكى فى شفاء الحالات التى كانت تعانى من فقدان الشهية العصبى anorexianervose وهى الحالة التى تؤدى الى النحالة والضعف، وذلك بتقديم نوع من المكافأة الاجتماعية كالخروج فى رحلة أو صحبة الأصدقاء أو الاستماع الى المذياع كلما أقبل الطفل على تناول الطعام مع سحب هذه المكافآت الاجتماعية عندما يرفض تناوله. بل لقد تم علاج بعض حالات ذهان الفصام والحالات المرضية الأخرى باتباع العلاج الشرطى وأدى هذا المنهج الى حصول تغييرات مستديمة فى السلوك حتى أولئك المرضى الذين قضوا مددا طويلة فى المستشفى تراوحت بين ١٠ ، ٣٠ عاماً.

العلاج السلوكى نجح فى التحكم فى كثير من مظاهر السلوك المرضى [٢٢] وهناك عملية الكف التجريبى experimental extinction وهو عبارة عن الأضعاف التقدمى أو التدريجى المستمر للعادات السلوكية السيئة أو غير المرغوب فيها من خلال تكرار انعدام أو منع التعزيز لتلك الاستجابات السالبة. وعلى ذلك

فالسلوك الذى تم تعزيزه بتقديم الطعام مثلاً بعد أدائه يتم اضعافه بصورة تقدمية عن طريق منع تقديم الطعام للطفل أو للمريض الكبير عامة. وبالمثل فى سلوك التحاشى لا يحدث له التحاشى اذا اختفت المكافآت السالبة أو التعزيز السالب أى الصدمات الكهربائية مثلاً التى يتلقاها الفرد عقب الاتيان بالسلوك السىء. فى بعض العادات السلوكية كثرة الممارسة تؤدى الى شعور الفرد بالتعب والارهاق، وبذلك يكف عن ممارستها وهى ما يعرف فى تاريخ علم النفس باسم «الممارسة السلبية». وهذه الممارسة السلبية تستخدم فى الآونة الأخيرة فى علاج اللوازم tics وهى حركات عضلية أو عصبية لا ارادية يجد الفرد نفسه مساقا الى عملها مثل حركة الرقبة أو رمش العين باستمرار.

ولقد وجد أن استخدام بعض العقاقير تساعد فى التحكم فى بعض الأعراض أو زملة الأعراض، من ذلك أنه وجد أن عقار Tmipramine يساعد فى الشفاء من التبول اللاارادى. فقلد وجد أن هذا العقار أدى الى شفاء الأطفال بعد عدة أيام فقط بعد اعطاء هذا العقار فى حجم ٢٥ م، بحيث يتعاطاه الطفل من ٢ – ٣ مرات يومياً وفقاً لعمر الطفل (٢٣)، ولكن بعد توقف الدواء عاد التبول اللاارادى، بعد مضى عام على تعاطى الدواء لوحظ حدوث بعض التحسن، ولكن هذا التحسن حدث فى المجموعة التجريبية من الأطفال أى الذين تلقوا الدواء وحدث أيضاً فى المجموعة الضابطة التى كانت متساوية معها فى كل شىء، ولكنها لم تتلق الدواء. وتعرف هذه الظاهرة باسم «الشفاء التلقائى» ويوصى باستخدام الدواء فى حالة عدم جدوى استخدام طريقة البطانية والجرس The bell and-blanket وهى القائمة على ايقاظ الطفل، عن طريق دق الجرس عندما تبدأ تنزل من مثانته أولى قطرات البول، حيث يؤدى البول الى توصيل دائرة كهربية فى البطانية تؤدى بدورها الى دق الجرس. ومن ثم يستيقظ الطفل ويقوم ليفرغ مثانته وهو فى حالة من الوعى التام.

ومن حسن الطالع، أن علاج التبول اللاارادى يمثل أولى تطبيقات مناهج العلاج النفسى الاجتماعى المؤسسة على نظريات التعلم فى تغيير السلوك الشاذ

وفكرة العلاج تقوم على أساس الاستيقاظ للذهاب للمرحاض عبارة عن استجابة يتعين أن تكون مرتبطة بالمثيرات الصادرة من انتفاخ أو امتلاء المثانة bladder distention ولإقامة هذا الارتباط قام عالم النفس موراير Mowrer, O فى وقت مبكر يرجع الى عام ١٩٣٨ بإختراع جهاز أو وضع نظام يوجد فيه حاجزان من النحاس ينفصلان عن طريق مرتبة مصنوعة من القطن، كانت موضوعة على سرير الطفل. كل حاجز كان متصلاً بأحد الأقطاب الخاصة بتيار كهربائى buzzer والجرس متصل ببطارية لتشغيله وكان هذا الجهاز بسيطاً ولا يلاحظه أحد ولا يسبب قلقاً لنوم الطفل أو راحته بعد تغطية السرير بملاية عادية، وعندما تنزل أولى قطرات البول فإن ذلك يبلل المرتبة القطنية ونفاذ البول يعمل عمل الموصل الكهربائى بحيث يكمل الدائرة الكهربائية بين القطبين النحاسيين. وباستكمال الدائرة الكهربائية يدق جرس قوى بحيث يوقظ الطفل من نومه. وفى هذه الحالة يستطيع أن يذهب ـ وهو واع تماماً ـ الى المرحاض لقضاء حاجته. بهذه الطريقة أصبح الاستيقاظ مرتبطاً بامتلاء المثانة ويستطيع الطفل أن يتعلم فى غضون عدة أسابيع أن يستيقظ للتبول قبل أن يسمع صوت الجرس.

ولقد دلت الأبحاث على أن هذا الأسلوب يشفى نسبة تبلغ ثلاث حالات من كل أربع حالات خلال مدة أقل من ١٢ أسبوعاً، ولكن سوف ينكص نحو طفل واحد من كل طفلين وعليه أن يتلقى المعالجة مرة أخرى.

أما العلاج الحيوى فيتضمن استخدام العقاقير والأدوية ومن أشهر هذه العقاقير استعمالا عقار imipramine والعقاقير المضادة للنشاط أو الحيوية الزائدة. ذلك لأن كثرة الحركة والحيوية والنشاط الزائد عن الحد طوال اليوم تجعل الطفل مرهقاً أو متعباً فيغط فى نوم عميق، وبذلك لا يستيقظ للتبول. ولقد أجدى هذا العلاج فى ٧٥٪ من مجموع من تلقوه من الأطفال، ولكن يلزم الحذر التام من استخدام هذا العقار، نظراً لأن له آثاراً جانبية خطيرة مثل تدمير الكبد ولا يمكن استخدامه مع من هم دون سن السنوات الست [٢٤].

ان هذه الحالة يسهل علاجها عن طريق وضع حدود لأنشطة الطفل وبإعطائه

فترة من الراحة ظهراً وتشجيعه على النوم مبكراً. ويجب أن يصاحب ذلك تكوين عادات طيبة فى تناول الطعام مع تشجيع الطفل. ويمكن اعطاء بعض العقاقير المسكنة sedatives فى الأسابيع الأولى من العلاج.. وإذا ما تأكد المعالج من أنه لا توجد أسباب عضوية فإن المعالجة تستهدف زيادة سعة المثانة أو زيادة قدرتها وامتدادها، حيث يشجع الطفل على الاحتفاظ ببوله لأطول وقت ممكن فى أثناء النهار وعندما يلاحظ الطفل وجود زيادة متكررة فى كمية البول التى نجح فى الاحتفاظ بها، فإنه يكون أمام تقدم فعلى وواقعى حدث فى قدراته وبذلك يشعر بالتشجيع وبالثقة فى ذاته وذلك بالدليل المادى. ومنهج توسيع سعة المثانة هذا يحقق نجاحاً ملحوظاً.

ان عقاب الطفل وجره للنكد وتوبيخه ومعايرته لا تفعل شيئاً سوى تفاقم الحالة...

هناك حالة ملحة لتعديل اتجاهات الناس العقلية (٢٥) نحو هذه العادة ونحو أساليبهم فى تنشئة الطفل وتدريبه على مختلف الأنشطة الايجابية لحمايته من الشعور بالاثم والخجل والعار والخزى.

ويعد منهج علاج التبول اللاارادى الذى ابتكره موراير ١٩٣٨ منهجاً فى الاشتراط الايجابى postivie conditioning ينظر للطفل المتبول على أنه فشل فى تعلم الاستجابة الشرطية لامتلاء المثانة، وعلى ذلك يكمن العلاج فى ازالة أو محو السلوك السلبى عن طريق الاشتراط أو التشريط أى التعلم الشرطى وتقنياته، وكان الهدف من العلاج توفير نوع من المثير يحدث مع امتلاء المثانة بالبول وربطه باستجابة اليقظة. وبعد فترة من التدريب الايجابى يتعلم الطفل أو الكبير اليقظة عن طريق الاحساس sensation بامتلاء المثانة قبل أن يتم تفريغها. عندما تصل المثانة الى «عتبة» التفريغ أو نقطة التفريغ يستيقظ الطفل دون تجاوزها اذا اتسعت سعة المثانة بما يكفى لما تفرزه الكلى من بول أثناء الليلى، فقد لا يحتاج الطفل الى التبول الارادى أو اللاارادى ومن ثم فلا يستيقظ، وينعم بنوم طوال ليلته. ولقد تبين أن الطفل يكف عن بل فراشه بعد ١٤ معالجة بهذا المنهج،

ولكن هناك بعض حالات النكسة أى العودة للعادة السالبة relapse ولقد وجد أن اقتران هذا المنهج فى المعالجة مع نوع أو آخر من أنواع التعزيز أو المكافأة يساعد فى تدعيم نتائج هذه المعالجات. وفى جميع الحالات يتطلب شفاء الطفل تحمل الاباء والأمهات جهداً كبيراً جداً، من ذلك الاستيقاظ عدة مرات لإعادة فرش السرير بالملابس الجافة وايقاظ الطفل وتشغيل الجهاز، ولتقصير فترة العلاج والمتاعب الملقاة على الآباء، اقترح بعض العلماء الاستعانة ببعض الأدوية لتدعيم عملية التعلم الشرطى منها عقار dexedrine وعقار methedrine وفى هذه الحالة لقد بلغت نسبة الشفاء ٩٠٪ (٢٦).

الهدى الاسلامى الخالد فى مجال المحافظة على الصحة النفسية والفطرة السوية :

اذا كان التبول اللاارادى يرجع الى غيرة الأخ الأكبر من شقيقه الأصغر عندما ينضم هذا الصغير لعضوية الأسرة وعندما لا تتوخى الأسرة العدالة فى توزيع حبها ولا عطفها ولا حنانها ودفئها ورعايتها على جميع الأخوة وعندما توجه كل اهتمامها «للوافد الجديد» فإن اسلامنا الخالد يعلمنا أن نعدل فى التعامل مع الأولاد وأن نعاملهم على قدم المساواة عطفا وحباً وعطاء. فلقد جاء الهدى النبوى المطهر فى باب كراهية تفضيل الوالد بعض أولاده على البعض فى الهبة ونقول فى كل الأمور. فمن النعمان بن بشير رضى الله عنهما : ان آباه أتى الى رسول الله ﷺ : فقال أن فضلت ابنى هذا غلاما كان لى، فقال الرسول ﷺ : أفعلت هذا بكل ولدك كلهم مثل هذا ؟ فقال : لا. فقال : رسول الله ﷺ : فأرجعه. وفى رواية أخرى فقال رسول الله ﷺ : أفعلت هذا بولدك كلهم ؟ قال : لا. قال اتقوا الله وأعدلوا فى أولادكم، فرجع الى، فرد تلك الصدقة. وفى رواية فقال رسول الله ﷺ يا بشير ألك ولد سوى هذا ؟ فقال نعم قال : أكلهم وهبت لهم مثل هذا ؟ قال لا. قال : فلا تشهدنى اذاً فإنى لا أشهد على جور. وفى رواية أخرى أشهد على هذا غيرى، ثم قال : أيسرك أن يكونوا اليك فى البر سواء، قال : بلى، قال : فلا اذا» (٢٧) متفق عليه.

واذا كان التبول اللاارادى وغيره من الاضطرابات النفسية التى تصيب الأطفال تقع بسبب شعور الطفل بالتوتر والقلق والصراع والانفعال والحرمان والقسوة والشدة والغلظة أو النبذ والاهمال، فإن اسلامنا الخالد يحض على ملاطفة اليتيم والبنات وسائر الضعفاء والمساكين والمنكسرين والاحسان اليهم والشفقة عليهم والتواضع فى التعامل معهم، كما فى قوله تعالى **﴿فأما اليتيم فلا تقهر وأما السائل فلا تنهر﴾** (الضحى ٩). وفى هذا الهدى البليغ يقول النبى ﷺ «أنا وكافل اليتيم فى الجنة هكذا، وأشار بالسبابة والوسطى وفرج بينهما» البخارى. وحفاظاً على كيان الأسرة المسلمة يقول الرسول ﷺ الساعى على الأرملة والمسكين كالمجاهد فى سبيل الله وأحسبه قال : وكالقائم الذى لا يفتر، وكالصائم الذى لا يفطر» وعن عائشة رضى الله عنها قالت : دخلت إمرأة ومعها ابنتان لها تسأل فلم تجد عندى شيئاً غير تمرة واحدة، فأعطيتها اياها، فقسمتها بين ابنتيها ولم تأكل منها، ثم قامت فخرجت، فدخل النبى ﷺ علينا فأخبرته فقال : من ابتلى من هذه البنات بشىء فأحسن اليهن، كن له سترا من النار» متفق عليه.

وفى الهدى الى النفقة على العيال جاء فى الهدى القرآنى الكريم ما يجعل الأب مسئولاً عن اعالة أبنائه «وعلى المولود له رزقهن وكسوتهن بالمعروف». وفى مجال الحث على النفقة على العيال يقول الحديث النبوى المطهر «دينار أنفقته فى سبيل الله، ودينار أنفقته فى رقبة، ودينار تصدقت به على مسكين ودينار أنفقته على أهلك، أعظمها أجرا الذى أنفقته على أهلك» مسلم.

المراجع:

(١) عبد الرحمن العيسوى، الاسلام والتنمية البشرية، المكتب العربى الحديث، الاسكندرية، ١٩٩٦.

(٢) عبد الرحمن العيسوى، الاسلام والعلاج النفسى، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، ١٩٨٦.

(٣) عبد الرحمن العيسوى، علم النفس الأسرى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٩٦.

(٤) محيى الدين أبى زكريا يحى بن شرف النووى الشافعى، رياض الصالحين من كلام سيد المرسلين، وكالة المطبوعات، الكويت، ١٩٧٠.

(٥) صحيح الامام مسلم.

(٦) عبد المنعم الحفنى، موسوعة علم النفس والتحليل النفسى، مكتبة مدبولى، القاهرة، ١٩٩٤، ص ٢٠٧.

(7) English, H.B, and English, A.C, A Comprehensive Dictionary of Psychological and Psychoanalytical terms, longmans,London, 1958.

(8) Strange, J. R. Abnormal psychology, MC Graw-Hill Book Company, New York, 1965, p. 173.

(9) Shanmugam, T. E., Abnormal psychology, Tata Mc Graw-Hill, New Delhi, 1981.

(10) London, p. and Rosenhan, D., Foundtions of abnormal psychology, Holt, New York, 1968, p. 587.

(11) Ibid.

(12) Coleman, J. C., Abnormal psychology, Scott Chicago, 1956, p. 332.

(13) Bauer, W. W., Toda's health guide, Amercian Medical Association, 1968. p. 218.

(١٤) عبد المنعم الحفنى، مرجعه السابق، ص ٢٧٠.

(١٥) جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفانى، معجم علم النفس والطب النفسى، جـ ٣، دار النهضة العربية، القاهرة، ١٩٩٠.

(16) Beuer, p. 218.

(17) Strange, p. 173.

(18) Shanmugan,

(١٩) عبد الرحمن العيسوى، علم النفس فى المجال التربوى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٩٦

(٢٠) عبد الرحمن العيسوى، العلاج النفسى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٩٦

(٢١) عبد الرحمن العيسوى، علم النفس الفسيولوجى، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، ١٩٧٤.

(22) Wolpe J., and Lazarus, A., Behaviour therapy Techniques, A guide to the treatment of neuroses, Pergaman press, Itd. first edition, London, 1966, p. 14.

(23) Op. cit., p. 117.

(24) Duke M. P. and Nowiciki, S., Abnormal Psychology, CBS. New York, 1986, p. 421.

(25) Bauer, p. 218.

(26) Beechm H. R., Changing man's behaviour, Pelican Books, London, 1969, p. 141.



الفصل السابع
بعض الأمراض الذهانية

* السواء والشذوذ فى السلوك الانسانى.
* ذهان الفصام.
* نظريات تفسير ذهان الفصام.
* ذهان الهوس، أعراضه وعلاجه.



السواء والشذوذ فى السلوك الانسانى
فى ضوء متغيرات السن والجنس
والمكانة الاجتماعية

تأثير عوامل السن والجنس والمكانة الاجتماعية على الحكم بالسواء والشذوذ :

فى بيان البرهنة على نسبية السلوك الشاذ [١] ، نقول أن الحكم على سلوك معين يتوقف على جنس ومكانة من يقوم بهذا السلوك، فالسلوك الذى نقبله من الطفل الصغير كالصراخ أو الامتصاص لا نقبله من شاب فى العشرين، وسلوك الأنثى فى التزين لا نقبله من الرجل. كذلك يختلف السواء والشذوذ باختلاف الحقبة الزمنية، فيقال أن الشاب الجامعى الأمريكى مثلاً يستطيع اليوم أن يقوم بأعمال مقبولة هناك لو أن أباه هو الذى عملها منذ ٦٠ عاما مثلاً لكانت كفيلة بوضعه فى السجن أو أحد عنابر الملاحظة والاحتجاز.

المجتمع أصبح أكثر تسامحاً ازاء سلوك أفراده، منذ نحو خمسين عاماً لم يكن يسمح المجتمع لشبابه بالسير عارى الرأس أو لبناته بالملابس القصيرة ولم يكن يسمح باختلاط الجنسين والسلوك المقبول من الفتاة الأمريكية غير مقبول فى مجتمع شرقى، فلكل ثقافة [٢] ، معاييرها فى الحكم على سلوك الناس. كذلك يتسامح المجتمع تجاه بعض سلوكيات الشيوخ [٣] ، وكبار السن، وخاصة عندما تدفع الشيخوخة بالانسان الى مرحلة طفلية سابقة [٤] .

كذلك فإن توقعات المجتمع حيال أفراده من الذكور تختلف عما يتوقعه من الاناث، فالفتى اذا مارس لعبة كرة القدم كان ذلك أمرا متوقعا منه أما اذا فعلته الأنثى كان غير متوقع. ولذلك يعاب على الولد البنوته أو المخنث، وعلى المرأة المسترجلة.

وتعرف هذه الحالة باسم التشبه بالجنس الآخر [٥] . فالأولاد يتوقع منهم

المجتمع أن يظهروا السلوك الذكرى والاناث العكس من ذلك، وعندما تنقلب الأدوار، فإن المجتمع يشعر بالامتعاض.

واذا تمادى الشاب فى تخنثه [٥] الى حد الوصول الى اللواط أو ممارسة الجنسية المثلية وهنا يتدخل المجتمع بفرض العلاج أو العقاب.

لكل فرد عدة أدوار :

لكل فرد فى المجتمع عدة مراكز أو أدوار [٦] اجتماعية عليه أن يقوم بها، فدورك فى العمل، غيره فى النادى أو الجمعية الخيرية التى تنتمى اليها، لكى يصفك المجتمع بالسواء. ويتطلب ذلك توعية الفرد وتنشئته [٧] تنشئة اجتماعية وسياسية لكى يحكم فهم ومعرفة الأدوار التى يتعين عليه القيام بها حتى يتمتع بالسواء من وجهة نظر المجتمع الذى يعيش فى رحابه. وحتى لا يخرج عن الخط. ان معرفة الصواب والخطأ أو الحلال والحرام لها أهمية فى حد ذاتها حتى لا يقع الفرد فى حيرة من أمره. حين يعانى الانسان من الخلط والاضطراب فى فهم الأدوار، فإن تكيفه يتعرض للخطر.

ويلقى هذا بمسئولية كبيرة على مؤسسات المجمتع الاجتماعية والتربوية والاعلامية وعلى رجال الوعظ والارشاد ورجال الادارة والقادة والرواد لتوضيح الرؤى أمام الناس. وعلى ذلك على الفرد أن يتذكر جنسه وسنه ومكانته والأدوار المتوقعة منه، وأن يعيش عمره وجنسه الطبيعى. وأن يكون ايجابياً نافعاً لنفسه ولزسرته ولمجتمعه كله وأن يضيف الى خيره وسعادته ورقيه وأن يحافظ عليه ويدافع عنه.

الداخل والخارج :

تتسم الحياة العصرية بالتعقيد، وعدم البساطة التى كانت تتميز بها الحياة فى المجتمعات البدائية البسيطة. فى وسط هذا التعقيد قد يجد الفرد نفسه مضطراً الى أن يعمل ما يتطلبه منه المجتمع. ومن هنا يبدو على السطح أو ظاهرياً كما لو كان متكيفاً [٨] وسوياً لأنه يمتثل لمطالب المجتمع ويلتزم بالطاعة والانضباط من

الخارج.

ولكن هل يعنى هذا أنه داخلياً وفى أعماقه متكيف وسعيد ؟

الحقيقة لا.... فقد يلبى مطالب المجتمع، ولكن على حساب رغباته الشخصية ودوافعه الذاتية. وقد يبقى لفترة ما متمتعاً بنوع زائف من التكيف أو السواء بينما هو فى واقع الحال يغلى من الداخل. يشعر داخلياً بالاحباط والبؤس [٩]. وسوف يظهر علامات أو أعراض أو دلائل لسواء التكيف مهما كانت بسيطة، كأن يبدى حساسية شديدة جداً أو تقلباً فى المزاج [١٠] أو تعاسة أو كآبه. وقد يعترف لأسرته ولأصدقائه أنه ليس سعيداً. ومعنى ذلك أن محتويات اللاشعور عنده سوف تنتهز الفرصة للافلات والتعبير عن نفسها بصورة رمزية. وسوف ينهار تحت تأثير ضغوط الحياة [١١].

الحياة الداخلية للفرد لا تقل أهمية عن حياته الخارجية. ولذلك يعتبر علم النفس أن سلوك الانسان يتضمن أيضاً الى جانب سلوكه الحركى الظاهرى (). سلوكه الباطنى [١٢] أو الضمنى كالتفكير والتخيل والتصور والادراك والانفعال والمشاعر والعواطف، فالأفكار التى تهبط [١٣] الى ذهن الفرد قد تكون معتلة أو حزينة أو مزعجة أو تافهة أو مؤلمة أو مخزية. وقد يشتط التفكير فيعتقد الفرد أن هناك مؤامرة [١٤] تحاك لإغتياله.. وقد تضطرب الانفعالات فتصبح حادة جداً أو باردة جداً أو منعدمة [١٥] لابد اذن من توفر الوئام والانسجام والتعاون والتكامل الداخلى.

كذلك فإن الاعتلال قد يصيب دوافع الفرد حين يشذ الدافع الجنسى عن سنن الفطرة السوية التى فطره الله عليها. يجب أن نكون قادرين على أن نتعايش سلمياً مع أنفسنا كما نتعايش مع الآخرين. لابد أن يقبل الانسان نفسه أولاً ليكون ذلك أساس قبوله لغيره.

ومع ذلك فلا يمكن أن يوجد فرد كامل، فالكمال المطلق غير موجود، ولذلك يتسامح المجتمع من وجود قدر بسيط من البعد عن المتوسط. ولا يمكن أن نجد فرداً خالياً تماماً من كل الاضطرابات، وإنما المسألة مسألة نسبية.

أسباب سوء التوافق :

الشخص سيئ التوافق لابد أن نبحث عن ذلك فى نموه السابق أو فى الضغوط التى سقطت عليه فى الكبر.

لا يميل علماء النفس الى وصف المرضى بالأوصاف الجارحة كالمجنون أو المعتوه أو الأبله أو الشاذ أو المنحرف أو الأهبل أو العبيط أو المجذوب (١٧)، ولكن يفضلون استخدام ألفاظ متحفظة الى حد ما.

ولكى يفهم القارئ موضوعات علم نفس الشواذ ومجالاته، لابد من الإلمام بالألفاظ الفنية المتداولة فى هذا الفرع من العلم، ومعرفة مراميها. ولا ينبغى أن نستخدم الألفاظ التى تثير السخرية أو تنال من كرامة المرضى، وذلك بقدر المستطاع. وان كنا نبادر الى القول بأن العقل يمرض كما يمرض البدن، وليس هناك جريمة خلقية اقترفها المصاب بالمرض العقلى، إنما الاصابة أمر طبيعى وكل انسان معرض لها، وليس له دخل فيها، فالمرض العقلى ليس وصمة عار أو خزى وانما هو أمر طبيعى شأنه فى ذلك شأن الأمراض التى تصيب الجسم.

معنى الجنون :

يستخدم اصطلاح المجنون أو الجنون ولكن هذا المصطلح، فى جوهره مصطلح قانونى أكثر من كونه مصطلحاً سيكولوجياً. ولا يوصف الانسان بأنه مجنون إلا بناء على صدور حكم من محكمة بأنه كذلك وفقاً لنصوص قانون معين.

والمصطلح السيكولوجى اللائق للاضطرابات العقلية العنيفة هو مصطلح «ذهان» (١٨). وله عدة أنواع كالفصام البسيط والتخشيبى والاضطهادى والاكتئابى وفصام الطفولة والفصام العاطفى. وقد ينتج بعض هذه الذهانات من جراء إصابة المريض بجروح دماغية، وبعضها من جراء أساليب التنمية السيكولوجية والاجتماعية الخاطئة أو من تعرض الفرد الكبير لضغوط تفوق قدراته على الاحتمال.

وهناك مجموعة أخرى من الاضطرابات الأقل حدة وكثافة وشدة وهى

الأعصبة النفسية وقد يكتفى بالاشارة اليها بالأعصبة (١٩).

أما اصطلاح الانهيار العصبى فهو اصطلاح عام وغامض ولا يحدد بالضبط نوعية الاضطراب.

على كل حال، للأعصبة أنواع عديدة منها الفوبيا والهستيريا والقلق والاكتئاب وتوهم المرض والوسواس القهرى وعصاب الوهن أو الضعف أو الشعور بالتعب ولارهاق بصفة دائمة.

الأمراض السيكوسوماتية : أمراض العصر :

بل أن رجل الشارع الآن أصبح ملماً بنوع خاص من الاضطرابات التى يطلق عليها الاضطرابات السيكوسوماتية وهى تلك الأمراض التى ترجع لأسباب نفسية واجتماعية بينما تتخذ أعراضها شكلاً جسمياً. فهناك صلة يدركها الرجل العادى بين نفسه وجسمه. من تلك الأمراض قرحة المعدة وارتفاع ضغط الدم والحساسية والسكر وغير ذلك مما ينتج من الصراعات الانفعالية ولا يوجد شيء فى الانسان يكون جسمياً محضاً وآخر عقلياً صرفاً بل خليط أو مزيج من الاثنين معاً (٢١).

وهناك الاضطرابات الأخلاقية ويشار الى هذه الاضطرابات الأخلاقية من خلال الاشارة الى السيكوباتية والسيسوباتية (٢٢).

ولعل أهم عامل سببى فى نشأة الأمراض العقلية هو ضعف التعلم الاجتماعى بمعنى تعلم الفرد أن يسلك بطريقة بعيدة عن التكيف.

ولعل أظهر موضوعات علم نفس الشواذ هى الذهان، ويتميز بفقدان الاتصال بالحقيقة أو الواقع كما يظهر ذلك من خلال أعراض مثل الهذاءات أو الضلالات (٢٣) وهى أفكار زائفة أو هلاوس (٢٤) وهى مدركات حسية سمعية وبصرية وشمية وذوقية ولمسية غير موجودة فى الواقع ولا توجد الا فى خيال المريض. ومن أعراض الذهان كذلك الخلط أو الاضطراب والتشويش وقد يحدث هذا الذهان من الجروح الدماغية أو من التعليم الاجتماعى السيء.

أما الأعصبة فهى عبارة عن سوء التكيف الاجتماعى والشخصى الذى يصاحبه شعور بعدم الرضا والتعاسة والشعور بالنقص. ومن هذه الأعصبة الفوبيا (٢٥) والأفعال القهرية (٢٦) أو القسرية أو الاستحواذية أو الوسواس وردود الفعل التحولية (٢٧) كما هو الحال فى الهستيريا (٢٨) التحولية والتفككية.

كذلك يمكن تمييز نوع من الإضطراب النفسيجسمى أو السيكوسوماتى وهو عبارة عن أمراض أو أحوال بدنية أو جسمية تحدث من جراء التعرض للصراعات الانفعالية الطويلة والتوترات التى تلحق بالجهاز العصبى المستقل من ذلك الربو الشعبى والقرح والحميات.

وهناك الاضطرابات أو ردود الفعل التى يقال عنها السسيوباتية وهى عبارة عن السلوك المضاد للمجتمع أو المعادى له أو المتعارض معه والمضاد للقانون وقواعد السلوك وتشمل الاجرام العادى أو المناهض للمجتمع.

وهناك ما يعرف باسم الشخصية السيكوباتية وتميل الى السلوك المضاد للمجتمع أى ذلك الذى يعوق المجتمع ويسبب له الاضطراب وصاحبها يعجز عن اتباع النظام ويعارض الحياة الاجتماعية. هؤلاء لا ينخرطون بنجاح حتى فى جماعات أو عصابات اللصوص.

وهناك الضعف العقلى (٣٠) أى ضعف مقدار الذكاء وضعف القدرة على الحكم على الأمور العادية فى الحياة الاجتماعية اليومية. وقد يعانى ضعيف العقل وقد لا يعانى من الاضطرابات العقلية الأخرى.

الصحة والمرض صفتان تلحقان بسلوك الفرد وليس شيئاً يمتلكه الفرد أو لا يمتلكه قد ينمو الاضطراب العقلى من حدوث تدمير فى الدماغ.

ولكن حتى فى هذه الحالة تبقى هناك عوامل نفسية ذات أثر فى الحالة وينمى المريض ضلالاته لكى يستطيع أن يتواءم مع مخاوفه وقلقه من جراء المعاناة من مشكلة ما. ولذلك فهو يعتقد فى صحة هذه الضلالات كأن يعتقد أنه نبى مرسل. كذلك يعانى من الخلط وفقدان الاحساس بالاتجاه فيفقد الشعور بماهيته

أو هويته فلا يعرف من هو أو أين هو الآن. وقد يعجز عن التعرف على أصدقائه المقربين أو أين يجلسون فى أثناء زيارتهم له. تلك الأعراض تنشأ من خليط أو مزيج أو اتحاد مجموعة من الأسباب الفيزيقية والنفسية. ويعبر عن ذلك بالاتجاه المتعدد العوامل فى نشأة الأمراض العقلية.

أين العقل ؟

ولم يستطع العلم حتى الآن أن يحدد مكاناً معيناً يسكن فيه العقل من جسم الانسان. أين يوجد العقل ؟ هل هو فى الجسم كله أم فى الدماغ أم فى القلب ؟ الحقيقة أن العقل مفهوم فلسفى أو تجريدى لا يمكن للعلم أن يدرسه دراسة تجريبية محسوسة. ولذلك لا يستخدم علماء النفس فى الوقت الحاضر لفظة العقل (٣١) ، ولكنهم يدرسون السلوك العقلى أو النشاط العقلى أو الذهنى المتمثل فى التفكير والابداع والتصور والتخيل والتعلم والادراك والتذكر والاستدلال. ولكن من الجدير بالذكر أن هذه المناشط تشمل الجسم كله وليس الدماغ. الانسان يفكر بكليته، فعندما نفكر تعمل حواسنا أو أعضاء الحس لدينا السمعى والبصرى والذوقى واللمسى والشمى.. ويعمل جهازنا العصبى بما فى ذلك الدماغ وتعمل عضلاتنا وغددنا. ماذا يحدث عندما أفكر فى أمر مخيف ؟ وما عليك إلا أن تتصور مريضاً عقلياً ذهبت لزيارته فى أحد المستشفيات العقلية لكى تصف سلوكه. يطلق على التدهور فى الوظائف العقلية اصطلاح الجنون ويختلف هذا العته عن البلادة الذهانية والانسحاب حيث يرفض المريض الاشتراك فى عالم الحقيقة، لأن ما يلقاه من ضغوط تفوق قدرته علي الاحتمال. وفى الوقت الذى يبدو منسحباً وسالباً، قد يعمل عقله فى سلسلة من أحلام (٣٢) اليقظة. وبتوفير قدر من العلاج يشفى هذا المريض ويعود الى حالة السواء.

بالنسبة للرجل العادى قد يشعر أن مريض العصاب يعانى من نزعة قوية فى الشح والبخل والأنانية، وأنه عصبى أكثر من اللازم. أما بالنسبة لأخصائى علم النفس، فإن الشخص العصابى ليس شخصاً متصنعاً أو مدعياً للمرض. ولا هو مصاب باضطراب فى جهازه العصبى بمرض عصبى فى الأعصاب.

أنه الشخص الذى احتواه القلق [٣٣] والذى يقع تحت طائلة الضغط الذى يفوق قدراته فيعجز عن التكيف مع ضغوطه. ويبدو أنه منذ طفولته الباكرة كان عاجزاً على التغلب على ما يواجهه من صعوبات وعقبات واحباطات أو مواقف فشل. ولكنه استطاع أن يبنى خطا للدفاع اللاشعورى مستخدماً حيل الدفاع [٣٤] اللاشعورية المعروفة ولكن هذا الدفاع قد انهار أخيراً وعجز عن تحقيق تكيف الفرد.

فريق العلاج والتشخيص :

فى معظم المستشفيات وعيادات الطب العقلى والنفسى لم يعد يعهد لشخص واحد القيام بعملية التشخيص والعلاج منفرداً، وانما أصبحت هذه العملية يشترك ويساهم فيها عدد من أرباب التخصصات المختلفة منها :

١ – الطبيب البشرى.
٢ – الطبيب العقلى.
٣ – الطبيب النفسى.
٤ – الأخصائى الاجتماعى الطبى.
٥ – أخصائى العلاج بالموسيقى أو العمل أو الفن أو العلاج الطبيعى.

من أهم أعضاء فريق العلاج التعاونى هذا الطبيب العقلى وأخصائى علم النفس الاكلينيكى. وقد يحتاج هذا الفريق الى مساعدة من أخصائى القياس [٣٥] النفسى بالذات لتطبيق وتصحيح وتفسير الاختبارات التى تطبق على المريض. وفى العادة ما يقوم بتحرير تقرير عن تشخيص [٣٦] ونتائج اختباراته وتفسيرها.

الى جانب ذلك هناك لفيف من الممرضات فى الطب العقلى وكذلك الحكيمات وحراس العنابر.

الهوامش:

(١) **السلوك الشاذ**: هو السلوك الذى يخرج بصورة بارزة عن خط المتوسط أو المعدل السوى، ويكون عادة ذا طبيعة مرضية. (أسعد رزوق، ١٩٧٧، ص ١٥٧). ويوصف بالسلوك الشاذ المضطربون عقلياً ونفسياً والمنحرفون والمندفعون وأصحاب الأعراض التى لا يوافق عليها المجتمع والسيكوباتيون (عبد المنعم الحفنى، ١٩٧٨، ص ٩٢).

ويعتبر الشواذ انحراف عن نماذج السلوك المتوقعة، أو هو ذلك الذى يتعارض مع قيمة مقررة، ولا يهدف لتحقيق غاية بعينها يرضى عنها المجتمع، ولهذا يختلف السلوك الشاذ اجتماعياً ونفسياً. وهذا باختلاف الثقافات أو المراحل التاريخية (أحمد زكى بدوى، ١٩٨٦، ص ٢).

(٢) **الثقافة**: الثقافة كل متكامل من الأفكار والمعايير وطرق كسب الرزق وتربية الأبناء، والأعمال اليدوية التى تنقل عبر الأجيال المختلفة، وللثقافة جانب ملموس يتمثل فى المبانى والآلات، وآخر غير ملموس، أى معنوى، يتمثل فى القيم والأخلاق والفن (فرج عبد القادر طه وآخرون، ب. ت، ص ١٦٢). والثقافة هى البيئة التى خلقها الانسان بما فيها المنتجات المادية وغير المادية التى تنتقل من جيل الى آخر (أحمد زكى بدوى، مرجعه السابق، ص ٩٢).

(٣) **الشيوخ**: يتابين سن الشيوخ أو كبار السن عند الأفراد حسب قدراتهم الجسمية على التوافق فى سنواتهم الأخيرة، وتؤدى أسباب كثيرة الى اضطراب الشخصية فى الكبر منها القيود البدنية، والاعتماد على الغير، والشعور بعدم النفع والعزلة، وبعض الاضطرابات الحسية كفقدان دقة السمع والبصر والحركة، وضعف الذاكرة (عبد المنعم الحفنى، مرجعه السابق، ص ٤٩). ويهتم علم الشيخوخة بدراسة عمليات التقدم فى السن والوصول الى حلول للمشاكل البيولوجية والسيكولوجية والاجتماعية للمسنين (أحمد زكى بدوى، مرجعه السابق، ص ١٧٧).

(٤) **المرحلة الطفلية السابقة** : يعنى بالمرحلة الطفلية السابقة ما يسمى بحيلة النكوص أى عودة الشخص الى مراحل عمرية سبق له أن تجاوزها فى نموه، والنكوص هو التراجع الى أساليب من التعبير والتصرف ذات مستوى أدنى من ناحية التعقيد. (جان لابلانش وبونتاليس، ترجمة مصطفى حجازى، ١٩٨٧، ص ٥٥٥). والنكوص حيلة دفاعية يتجنب بها الفرد القلق وهذا بالعودة الى مرحلة باكرة من مراحل التطور اللبيدى. (عبد المنعم الحفنى،، مرجعه السابق، ص ٢٢٣).

(٥) **الخنثة أو الخنثوى** : وهو ما يتصف به الشخص الذى يجمع فى بدنه أعضاء التناسل الذكرية والأنثوية على حد سواء، مع العلم بأن المجموعة الواحدة من المجموعتين دوماً غير متطورة تطوراً تاماً أو كاملاً. فالخنثى هو ثائى الجنس أو مزدوج الأعضاء الجنسية التناسلية لجهة التذكير والتأنيث. وهناك الخنثوية وهى الميل لدى الشخص الذكر الى مشابهة جسم الأنثى أو العكس (أسعد رزوق، مرجعه السابق، ص ١١٧).

(٦) الأدوار الاجتماعية : السلوك المتوقع من الفرد فى الجماعة وهو الجانب الديناميكى لمركز الفرد، فبينما يشير المركز الى مكانة الفرد فى الجماعة، فإن الدور يشير الى نموذج السلوك الذى يتطلبه المركز. وحدود الدور تتضمن تلك الأفعال التى تتقبلها الجماعة فى ضوء مستويات السلوك فى الثقافة السائدة، وعادة ما يكون للفرد أكثر من دور واحد داخل النظام المجتمعى الذى ينتمى اليه. فالأب والابن والمدرس والمدير كلها أدوار اجتماعية تتطلب من شاغليها أن يلتزموا بأساليب سلوكية معينة يحددها لهم المجتمع. (أحمد زكى بدوى، مرجعه السابق، ص ٣٩٥). ويعرف الدور من ناحية أخرى بأنه عنصر فى التفاعل الاجتماعى، ويشير الى نمط متكرر من الأفعال المكتسبة التى يؤديها شخص معين فى موقف تفاعل (محمد عاطف غيث وآخرون، ١٩٧٩، ص ٣٩٠).

(٧) **التنشئة الاجتماعية** : يشير مصطلح التنشئة الاجتماعية الى العملية التى

يتعلم عن طريقها الفرد كيف يتكيف مع الجماعة عند اكتسابه للسلوك الاجتماعى الذى توافق عليه الجماعة. فالأطفال تنضج قدراتهم وتنمو من خلال التفاعل الاجتماعى الذى يتيح لهم فرصة اكتساب السلوك الاجتماعى. ولهذا فالتنشئة الاجتماعية، فى الواقع، عملية تعلم. ومن وجهة نظر «سيجمند فرويد» تعتبر التنشئة الاجتماعية عملية اكتساب الطفل واستدماجه لمعايير والديه وتكوين الأنا الأعلى. وهى عملية اجتماعية أساسية يصبح الفرد عن طريقها مندمجاً فى جماعة من خلال تعلم ثقافتها، ومعرفة دوره فيها (محمد عاطف غيث وآخرون، مرجعه السابق، ص ٤٥٠).

(٨) **التكيف أو التوافق** : ويقصد به العملية التى يتم فيها تغير الفرد وفقاً للظروف التى تحيط به أو تبعاً لمتطلبات البيئة الطبيعية والاجتماعية. والتكييف يشير الى حدوث تغير عضوى فى شكل الجسم أو وظيفة من وظائفه بحيث يصبح قادراً على البقاء والاستمرار. أما بالنسبة لسلوك الفرد فهو التغير الذى يطرأ تبعاً لضرورات التفاعل الاجتماعى، واستجابة لحاجة المرء الى الانسجام مع مجتمعه ومسايره العادات والتقاليد الاجتماعية التى تسود هذا المجتمع (أسعد رزوق، مرجعه السابق، ص ٨٨) ويقصد كذلك بعملية التكيف تلاؤم المرء مع البيئة وقدرته على التأثير فيها، أو هو تلاؤم الحاجات الغريزية مع ظروف ومتطلبات العالم الخارجى والأنا الأعلى، وهى مهمة يحمل أعباءها الأنا، وهو يؤيدها بالتعلم، والتكيف يكتسبه الانسان بفعل الصراع من أجل البقاء، وعلى ذلك فالطفل يبدأ الحياة وقد تم تكيفه للبيئة التى يمكن أن يلاقيها (عبد المنعم الحفنى، مرجعه السابق، ص ٢٠).

(٩) **الإحباط** : حالة تعاق فيها الرغبات الأساسية والحوافز أو المصالح لأى فرد أو مجتمع، وحينما يعتقد الفرد أن تحقيق الرغبة صار مستحيلاً (منير وهبة الخازن، ب. ت.، ص ٥٢) ويقول فرويد أن الاحباط يرجع الى غياب موضوع خارجى كفيل باشباع النزوع (جان بلانش، مرجعه السابق، ص

٤٦). ويصاحب ذلك ضرب من الحسره وخيبة الأمل، ويترتب على فشل الفرد فى اشباع حاجاته أن ينحو نحو سلوك عدوانى أو انطوائى أو التثبيت أو الانسحاب من الموقف (أحمد زكى بدوى، مرجعه السابق، ص ١٧٠).

(١٠) **المزاج** : ويقصد به الطبع العام لدى الفرد ولا سيما من الناحية العاطفية والشهوية والرغبية، فالمزاج يشير الى طباع المرء وخصاله النفسية، (أسعد رزوق، مرجعه السابق، ص ٢٧٨). والمزاج حالة انفعالية له علاقة بالعالم الخارجى وعندما ينحرف عن الاطار الموضوعى يقع فى متصل بين المرح والاكتئاب، وتعتبر الأمراض السيكوسوماتية بمثابة الاعراب الجسمى عن الحالة المزاجية الحبيسة كالعدوان أو الحاجة الى الحب. كما أن الحالة المزاجية تعتبر أحد المظاهر الأساسية التى تقيم بها الأمراض النفسية والعقلية (فرج عبد القادر وآخرون، مرجعه السابق، ص ٤١٢).

(١١) **الضغوط** : أو الانعصاب، يشير هذا المصطلح الى وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد بدرجة تؤدى الى احساس الفرد بالتوتر، وحينما تزداد شدة هذه الضغوط فإن ذلك قد يفقد الفرد قدرته على التوازن، ويغير نمط سلوكه عما هو عليه الى نمط جديد. والضغوط النفسية حالة يعانيها الفرد حين يواجه بمطلب ملح فوق حدود استطاعته، أو حين يقع فى موقف صراع. ومصادر الضغوط فى حياة الفرد متعددة، فقد ترجع لمتغيرات بيئية، أو يكون مصدرها الفرد نفسه، وإذا ترتب على الضغوط النفسية حدوث أذى للفرد فإن الفرد يصبح محبطاً أو يعيش الفرد فى حالة من الشعور بالتبديد. (فرج عبد القادر طه وآخرون، مرجعهم السابق، ص ٢٥٦).

(١٢) **السلوك الحركى** : يتجلى السلوك الحركى فى حالات كالمشى والكتابة واللعب والنطق واستخدام المرء للأدوات والآلات. (أسعد رزوق، مرجعه السابق، ص٢٥٢). ويقصد بالحركة التغير المتصل وقد تكون فى الكم أو الكيف أو المكان أو الوضع. (أحمد زكى بدوى، مرجعه السابق، ص ٢٧٥).

(١٣) **السلوك الباطنى أو الضمنى أو المستتر :** كالتفكير والتصور والتخيل والادراك والابداع والتذكر والتعلم والعواطف والانفعالات.

(١٤) ويقصد بالأفكار التى تهبط على ذهن الفرد وتكون معتله أو تافهة أو حزينة، الأفكار الوسواسية أو الاستحواذية تعتبر مجموعة من الأفكار التى تتسلط على الشخص المريض وتقلق شعوره، قسراً عن ارادته، رغم ادراكه هو نفسه بأن تسلطها هذا غير سوى. والسلوك الاستحواذى سلوك لا فائدة منه، لكنه يفرض نفسه باستمرار على الفرد كأن يهتم باستمرار بإغلاق الأبواب، ثم يتأكد من اغلاقها، وقد يتفاقم السلوك الاستحواذى لدرجة أن يعوق قدرة الفرد على ممارسة الحياة العادية (عبد المنعم الحفنى، مرجعه السابق، ص ٤٣).

(١٥) **الذهان الهذائى :** تحدث هذه الحالة عند الاصابة بمرض عقلى كالبارانويا والتى تعنى اضطراب أو خلل عقلى وذهنى يتسم بهذيانات متواصلة فيتوهم المصاب بها حالات من العشق أو العظمة أو الغيرة أو الاضطهاد، وقد تصاحبه الهلواسات فى بعض الأحيان. (أسعد رزوق، مرجعه السابق، ص ١٤٢). والبارانويا ذهان مزمن من أعراضه الرئيسية الهذاء الثابت المنتظم غير المصحوب باضطراب عقلى من نوع آخر. ويبدو المريض سليماً من حيث القدرة على الاستدلال والمحاكاة، غير أنه يبنى استدلالاته على اعتقادات فاسدة وهمية، ومقدمات باطلة. (منير وهيبة الخازن، ب.ت، ص ١٠٠).

(١٦) قد تضطرب الانفعالات وتصبح حادة جداً أو عنيفة جداً أو باردة جداً أو منعدمة وعادة ما تكون هذه الانفعالات الباردة والمنعدمة مصاحبة بمرض الفصام وتبعاً لتعريف استرنج (١٩٦٥)، فإن الفصام اضطراب عقلى أو ذهان عقلى من الأمراض الوظيفية أى تلك الأمراض التى لا ترجع الى اضطراب أو أسباب عضوية فى جسم الانسان أو مخه، ولكنها اضطرابات تطرأ على الوظائف العقلية فقط، ومن أعراضه البلادة أو فقدان الاحساس والانسحاب من المجتمع ومن الحياة الاجتماعية العادية، مع الاضطراب الحاد فى الحياة

الانفعالية لدى المريض. (عبد الرحمن العيسوى، ١٩٨٤، ص ١٧٩).

(١٧) لا يميل علماء النفس الى وصف المريض النفسى أو العقلى بالأوصاف الجارحة كالمجنون أو المعتوه أو الأهبل أو العبيط، أو المجذوب، ولكنهم يميلون الى تصنيف الأمراض النفسية والعقلية الى الفئات التشخيصية الآتية :

١ – اضطرابات الطفولة أو المراهقة.
٢ – اضطرابات نقص الانتباه.
٣ – اضطرابات السلوك.
٤ – اضطرابات القلق.
٥ – اضطرابات الشهية (الأكل).
٦ – اضطرابات الحركة.
٧ – الاضطرابات العقلية العضوية.
٨ – اضطرابات استخدام العقاقير والأدوية.
٩ – الاضطرابات الفصامية والهذائية.
١٠ – الاضطرابات الوجدانية.
١١ – اضطرابات انفصامية.
١٢ – اضطرابات الانشقاقية (الهستيريا).
١٣ – اضطرابات السيكوسوماتية.
١٤ – اضطرابات الجنسية والانحرافات.
١٥ – اضطرابات التوافق.
١٦ – اضطرابات الشخصية.

وهذا حسب التصنيف الثالث للجمعية الأمريكية للطب النفسى (دليل التشخيص والاحصاء للاضطرابات العقلية) (عبد الرحمن العيسوى، ١٩٩٠، ص ١٠).

(١٨) الذهان : مرض عقلى يجعل المصاب به معتوهاً أو مختلط العقل، وهو غير العصاب الذى يظل المصاب به متمتعاً بقواه العقلية، والمريض بالذهان لا

يعرف أنه مريض، ويفشل فى اختيارات الواقع، ويرى التحليل النفسى الفرويدى أن الذهان لا يعالجه التحليل ذلك لأنه يعتبر اضطراباً نرجسياً يعجز فيه المريض عن عمل التحويل. (عبد المنعم الحفنى، مرجعه السابق، ص ١٨٣). ويتميز الذهان باختلال الذهن، بحيث تضطرب القوى العقلية لدى المرء ويصاحب هذا بعجز كامل وشامل يحول دون تبينه للحقيقة أو معرفته للأشياء من حوله. (أسعد رزوق، مرجعه السابق، ص ١٤١).

(١٩) **العصاب** : يرى التحليل النفسى أن العصاب انما هو اضطراب وظيفى أو هو علة نفسية المنشأ لا يوجد معها اضطراب جوهرى فى ادراك الفرد للواقع أو للآنية كما نرى فى الذهان. (فرج عبد القادر طه وآخرون، مرجعه السابق، ص ٢٧٩). والعصاب، مرض نفسى أو مجموعة من الأعراض النفسية تصاحبه أحياناً مظاهر جسمية شاذة ناشئة عن عوامل نفسية كالانفعالات المكبوتة والصدمات والصراع بين الدوافع المتناقضة. ومن أهم الأعراض النفسية المخاوف الشاذة والحصر النفسى (القلق) والشك المرضى والوساوس والاستحواذ والهستيريا والاكتئاب والوهن النفسى (أحمد زكى بدوى، مرجعه السابق، ص ٢٨٤).

(٢٠) **الاضطرابات السيكوسوماتية** : أى متعلق بالجسم والنفس معاً. ويطلق هذا الاصطلاح على الارتباط بين الظواهر السيكولوجية سواء أكانت سوية أو مرضية شاذة، والأحوال البدنية أو الأوضاع الجسمية. فهو ناشئ عن التفاعل بين الظواهر الجسدية والنفسية. (أسعد رزوق، مرجعه السابق، ص ٣١٧).

(٢١) **الاضطرابات الأخلاقية** : يقصد بها الاضطرابات التى تمس السلوك الخلقى كالجريمة، والجنوح، والزنا، والخيانة، والادمان، والعدوان، والانحرافات الجنسية. (الباحث).

(٢٢) **السيكوباتية أو السسيوباتية** : ويطلق على الشخصية السيكوباتية أو المعتلة نفسياً، شخصية مريضة نفسياً، حيث تتسم بعدم النضج الانفعالى لنشأتها فى

بيوت باردة انفعالياً مع ضعف بناء الشخصية بسبب التدليل المفرط بحيث لا يتعلم الفرد من طفولته قمع رغباته فيثبت عند مستوى طفلى من التمركز حول الذات.

أما السيسوباتى فهو الشخصية المريضة إجتماعياً، وخاصة الشخصية اللاجتماعية أو المعادية للمجتمع أو الشاذة جنسياً (عبد المنعم الحفنى، مرجعه السابق، ص ص ١٨١، ٣١٧).

(٢٣) **الهذاءات أو الضلالات أو الأوهام** : وهى آراء واعتقادات خاطئة لا يمكن زحزحتها بالعقل والمنطق (أسعد رزوق، مرجعه السابق، ص ٥٨). والهذاء اعتقاد باطل غير مطابق للواقع وقد يكون مؤقتاً واذا استمر يعتبر حالة مرضية أحمد زكى بدوى، مرجعه السابق، ص ١٠١). والهذاء أفكار شاذة توجد لدى المريض ويعتقد فى صحتها، ويستحيل اقناعه ببطلانها، وهى عادة عرض يشيع فى معظم حالات الأمراض الذهانية. ويمكن تصنيف الهذاءات المرضية فيما يلى :

أ - هذاء العظمة.

ب - هذا الاضطهاد.

جـ - هذاء الغيرة (فرج عبد القادر طه وآخرون، مرجعه السابق، ص ٤٧٢).

(٢٤) **الهلاوس** : الهلاس ادراك خاطئ لمثير غير موجود فى الواقع الخارجى، كأن يسمع المرء أصواتاً تحدثه، أو يحس بحشرات تزحف على جلده حيث لا توجد قط حشرات على جلده، وعندما تظهر الهلوسة باستمرار وبشكل ثابت تكون دليلا على وجود مرض عقلى شديد (عبد المنعم الحفنى، مرجعه السابق، ص ٣٤٤).

(٢٥) **الفوبيا** : خوف شاذ أو غير منطقى أو غير عقلانى يمارسه الفرد كنوع من الدفاع ضد القلق، ولكنه خوف مؤلم حاد. والفوبيا خوف ليس له معنى أى الخوف من أمور ليس من شأنها أن تثير الخوف، وليس فيها أى خطر حقيقى (عبد الرحمن العيسوى، ١٩٨٤، ص ١٣٢).

(٢٦) **الأفعال القهرية أو القسرية أو الاستحواذية** : (أنظر رقم ١٤).

(٢٧) **التحولية** : شكل من أشكال العصاب النفسي المسمى بالهستيريا وهي عرض مرضي جسمي سببه ليس عضوياً، لكنه نفسي، والمرض يحمي المريض من الموقف المسبب له الاصابة. كذلك لا يكترث المريض بالعرض حتى لو كان معطلاً له من الناحية العضوية، لأنه يشعر أن وضعه مع المرض أفضل من مواجهته الواقع الذى يهرب منه (عبد المنعم الحفني، مرجعه السابق، ص ٣٣٠).

(٢٨) **الهستيريا** : عصاب نفسي يتسم بالصفات البارزة التالية : قابلية شديدة لدى المرء نحو الايحاء والتقلب الانفعالي وضعف الشحنة الوجدانية وتفكك محتوى الشعور، وفقدان الذاكرة والتجوال فى النوم (أسعد رزوق، مرجعه السابق، ص ٣٢٦).

(٢٩) **الصراعات** : تعارض بين دافعين أو رغبتين أو نزعتين أو أكثر، بحيث يحبذ كل جزء من الشخصية واحدا منها. وهنا يقع صراع بين أجزاء الشخصية أو مكوناتها أو أجهزتها مما يسبب للشخصية الحيرة والارباك والتردد فى انحيازها الى أى منها. وتجاهل الآخر (فرج عبد القادر طه وآخرون، مرجعه السابق، ص ٢٤٨). ومنها صراع الاقبال / الاقبال، وصراع الاحجام / الاحجام وصراع الاقبال / الاحجام وفقاً لجاذبية الأهداف التى يسعى الفرد لاشباعها معاً.

(٣٠) **الضعف العقلي** : وهى الحالات المرضية العقلية التى من أصل وراثي أو اصابي أو مرضي والتى ينتج عنها قصور فى الفهم والتصرف (أحمد زكى بدوى، مرجعه السابق، ص ٢٦٤).

(٣١) **العقل أو الذهن** : مجموعة نواحي النشاط التى عن طريقها يستجيب الفرد، بإعتباره نظاماً ديناميكياً متكاملاً للقوى الخارجية دون اغفال الماضية ومستقبلة، (منير وهيب الخازن، مرجعه السابق، ص ٨٤). والعقل يدرك معانى عامة كالوجود، والجوهر، والعرض، والعلة والمعلول، والغاية، والوسيلة،

والخير والشر، والفضيلة والرذيلة، والحب. فالعقل قوة في الانسان تدرك طوائف من المعارف (مراد وهبة وآخرون، ١٩٧١، ص ١٤٥).

(٣٢) **أحلام اليقظة** : نوع من التخيلات أو سلسلة من الصور الخيالية والحوادث المتخيلة التي تمر في خيال المرء عندما يترك العنان لعقله لكي تنتقل على غير هدى، فيشبع بذلك الرغبات التي بقيت دون اشباع في الحياة الحقيقية وعلى صعيد الواقع. ويستسلم الفرد لها أحياناً كوسيلة للهروب من الواقع، وتتسم أحلام اليقظة بأن الرقيب قد خفف من خطره عليها، وهي تمنح الاشباع وتعوض الحرمان أو الفشل الذي يصيب المرء من البيئة الخارجية. ولكن لا ينبغي الاسراف فيها.

(٣٣) **القلق** : عبارة عن ألم داخلي، يسبب الشعور بالتوتر، ولما كان الانسان يناضل باستمرار من أجل الاحتفاظ بالتوازن الداخلي، فإن القلق يمثل قوة دافعة، قد تكون هذه القوة مدمرة أو بناءة. ومن تعريفات القلق أنه حالة انفعالية تتسم بالخوف، وترقب وقوع الشر. وهو رد فعل للتهديد يتصف بعدم التناسب مع الخطر الحقيقي، ويتضمن الكبت وبعض الصراعات (عبد الرحمن العيسوي، مرجعه السابق، ص ٧٢).

(٣٤) **الحيل الدفاعية** : إجراء لا ارادي أو لا شعوري يلجأ إليه الفرد ليحمي نفسه من شعور مرتبط بموقف كريه للغاية، مادي أو فكري، متكرر الحدوث، ووظيفتها حماية الأنا من التهديدات الموجهة اليه من اللاشعور. والأنا الأعلى والعالم الخارجي، وفشلها يعني الاصابة بالعصاب.

كما يقصد بالحيل الدفاعية بأنها وسيلة الدفاع عن النفس، وهي كل وسيلة يستخدمها المرء من أجل الحفاظ على سلامته البدنية وتأمين راحته العقلية والنفسية والجسمية. بغية تحقيق مآربه ورغباته لئلا يتهددها الاخفاق وتبوء بالفشل.

(٣٥) **أخصائي القياس النفسي** : وهو الشخص الذي يقوم بعمليات القياس العقلي عموماً، ودراسة العامل الزمني والدقة في العمليات العقلية. ويتناول

النواحى الرياضية أو الاحصائية فى الاختبارات السيكولوجية. مع المعالجة الاحصائية للنتائج العقلية. كما يشير الى التكهن النفسى أو وجود قدرة مزعومة على اكتشاف شخصية المرء أو معرفة صفاته ومميزاته (أسعد رزوق، مرجعه السابق، ص ٢١٦) والقياس فرع من فروع علم النفس يهتم بدراسة الخصائص والسمات لدى الأفراد والجماعات. ويعتمد على الاختبارات والمقاييس مثل اختبارات القدرات، والاتجاهات ومقاييس الشخصية، والميول، والقيم، والطرق الاسقاطية (أحمد زكى بدوى، مرجعه السابق، ص ٣٣٧).

(٣٦) **التشخيص** : يعنى تحديد طبيعة الشذوذ أو الخلل أو الاضطراب أو معرفة الداء أو المرض من خلال دراسة الأعراض وتحليلها والمقارنة بينها. فالعالم النفسانى يشخص المرض أثناء التحليل وقبل العلاج. وهناك اختبارات معدة خصيصاً لأغراض التشخيص (أسعد رزوق، مرجعه السابق، ص ٧٥).

المراجع :

(١) أحمد زكى بدوى، معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية، ١٩٨٦، مكتبة لبنان، بيروت، لبنان.

(٢) أسعد رزوق، موسوعة علم النفس، ١٩٧٧، ط ١، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، بيروت، لبنان.

(٣) جان لابلانش وبنتاليس، ترجمة مصطفى حجازى، معجم مصطلحات التحليل النفسى، ١٩٨٧، ط ٢، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان.

(٤) عبد الرحمن العيسوى، أمراض العصر، الأمراض النفسية والعقلية والسيكوسوماتية، ١٩٨٤، ط ١، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

(٥) عبد الرحمن العيسوى، باثولوجيا النفس : دراسة فى الاضطرابات العقلية والنفسية، ١٩٩٠، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية.

(٦) عبد المنعم الحفنى، موسوعة علم النفس والتحليل النفسى، ١٩٧٨، جـ ١، جـ ٢، مكتبة مدبولى، القاهرة، مصر.

(٧) فرج عبد القادر طه وآخرون، معجم علم النفس والتحليل النفسى، ب. ت، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان.

(٨) محمد عاطف غيث وآخرون، قاموس علم الاجتماع، ١٩٧٩، الهيئة المصرية العامة للكتاب، الاسكندرية، مصر.

(٩) مراد وهبه وآخرون، المعجم الفلسفى، ١٩٧١، ط ٢، دار الثقافة الجديدة، القاهرة.

(١٠) منير وهيبة الخازن، معجم مصطلحات علم النفس، ب.ت، دار النشر للجامعيين، بيروت، لبنان.

ذهان الفصام

ذهان فصام الشخصية Schizophrenia ، يعد من أخطر الاضطرابات العقلية السلوكية الوظيفية، أى تلك الاضطرابات التى لا ترجع الى أسباب عضوية Organic Causes ، حيث لا يوجد أساس عضوى لهذا الاضطراب العقلى. ولقد وجد الخلل العقلى فى التراث الشرقى القديم معبراً عنه بالتماثيل وفى العصور الوسطى وصف الشيخ الرئيس ابن سينا فى كتابه القانون فى الطب بعض حالات الخلل العقلى كالحزن الشديد ولقد استخدم إميل كريلين العته المبكر للاشارة الى هذا الاضطراب قبل أن يعرف باسم فصام الشخصية (١) Emil Kraepelin Trem demantia praecox.

وفى عام ١٩١١ م تغير هذا المصطلح الى الفصام على يد يوجين بلولير Eugen Bleuler الذى اعتبر أن لفظ Schizophrenia أكثر تعبيراً عن حالة الانفصام فى التفكير Frogmentation ، تلك التى تعد العرض الأول لهذا الاضطراب. أى حالة الانقسام الى شظايا. ولقد اعتبر كريلين هذا الاضطراب ذهاناً عضوياً أى ناجم عن خلل عضوى فلقد عزا هذا الذهان الى خطأ فى وظائف الغدد الجنسية، ونتيجة هذا الخطأ فى وظائف هذه الغدد، يحدث نوع من عدم التوازن الكيميائى الذى يؤثر بدوره فى الجهاز العصبى للمريض. ولقد كانت جميع التفاسير ترجع الأمراض العقلية والنفسية الى عوامل جسمية ولفظة Praecox اللاتينية التى تشير الى عدم النضج استخدمها لكى تشير الى هذا الاضطراب وكان يعتقد أن هذا الاضطراب يحدث مبكراً فى حياة الفرد، أى فى مرحلة المراهقة، ثم أضاف لفظة العته Dementia لأنه اعتقد أن هناك تدهوراً عقلياً يحدث، ولا يمكن البرء منه (٢) . ولقد اتفق بلولير مع كريلين على أن هذا الاضطراب يرجع الى سبب عضوى، ولكنه اختلف معه فى اعتقاده بأنه يبدأ فى مرحلة المراهقة أى فى السن المبكرة كما أنه اختلف معه فى أنه لا يمكن برؤه أو شفاؤه واعتقد أن السمة الرئيسية لهذا الاضطراب هى انقسام الوظائف Schzien

فى العقل Phren بمعنى فقدان الترابط أو التداعى Associations ووجد عاطفة أو وجداناً غير ملائم Inappropriate affect الى جانب التذبذب الشديد أو التناقض Ambivalence والتفكير الذاتى والآن يستعمل مصطلح ذهان الفصام وإن كان رأى بلولير لا يؤخذ به أو لا يقبل.

والسؤال الذى يطرح نفسه هو كيف يمكن أن يتم تشخيص حالة الفصام ؟ (٣).

أساليب تشخيص ذهان الفصام :

لأساليب تشخيص ذهان الفصام أهمية كبيرة Diagnosis of shizophrenia وذلك لاصدار الحكم الصائب على المريض، وتوطئة لوضع خطة أو برنامج صائب للعلاج. والمفروض أن يتم التشخيص أى التعرف على نوع المرض وتحديد مقدار خطورته، أن يتم على أسس موضوعية وعلمية ودقيقة، لأن للخطأ أضرار جسيمة على صحة الفرد وعلى أسرته (٤). ومؤدى ذلك أن التشخيص لابد وأن يعتمد على الأدوات.أو المقاييس المقننة، أى تلك التى ثبت صدقها Validity وثباتها Reliabbilty فالقياس الصادق يقيس فعلاً وما وضع أجل قياسه، والمقياس الثابت يعطى نفس النتائج كلما أعيد تطبيقه على نفس الفرد أو الأفراد وتحت نفس الظروف.

ومن حيث التعريف، فإن دليل الجمعية الأمريكية للطب العقلى DSM -II يحدد معنى ذهان الفصام بقوله إنه إضطراب فى التفكير Athought disorder يمتاز بظهور أعراض مثل الهذيان Delusions أو الهذاءات وهى عبارة عن الاعتقاد فى أفكار غير صائبة أو أوهام أو ضلالات، كأن يعتقد المريض أنه أصبح مجوفاً أو أنه مصنوع من الخزف ويخشى على نفسه من التكسير، ومن الأعراض المميزة كذلك للفصام وجود الهلاوس Hallucinations وهى عبارة عن مدركات حسية، سمعية وبصرية، وشمية ولمسية، يدركها المريض ولكنها غير موجودة فى عالم الواقع. كأن يسمع أصواتاً تسبه وتقذفه وتتوعده وتتهمه، أو يرى أشباحاً أو طيوراً أو يشم رائحة سم أو غيره دون أن يكون لذلك أى أساس فى

فى عالم الواقع. ويضاف الى هذه الأعراض اضطرابات المزاج Mood disorders وتتضمن الانفعالات غير الملائمة أو الاستجابات الانفعالية غير الملائمة والتذبذب الانفعالى أو التناقض العاطفى أو الانفعالى، كأن يشعر المريض بالحب وبالكراهية تجاه شخص بعينه Ambivalence والانفعالات العنيفة الى جانب السلوك المضطرب، وتتضمن النكوص أو الارتداد أو الرجوع الى الوراء Regression كالعودة بالسلوك الى الحياة الطفلية، وسلوك الانسحاب أو العزلة أو الانطواء Withdrawal. وهناك تعريف انجليزى لذهان الفصام أكثر دقة، حيث يشير الى اضطرابات فى الشخصية، تتضمن مشاعر بالفردية والتميز والتوجيه الذاتى، واضطرابات التفكير مع الضلالات أو الهذاءات التعليلية والتى تتأثر بموضوعات العالم الخارجى. هذه الموضوعات قد تكون طبيعية، وقد تكون خرافية أو فوق الطبيعية Supernatural مع وجود إحساس غير سعيد، وهذه الاحساسات المرتبطة بالهذاءات أو الضلالات أو الأفكار الزائفة مع الميل للتحدث بصوت مرتفع.

وهناك صعوبة فى وضع منهج دقيق لتشخيص ذهان الفصام، وخاصة فى ضوء اختلاف تعريف هذا الذهان. هناك إختلافات نحو الأعراض المصاحبة للفصام فى كل من انجلترا والولايات المتحدة الأمريكية وفرنسا. ولكن هناك سمات عامة لهذا الاضطراب، منها أنه اضطراب فكرى، وذلك من حيث الشكل والمحتوى أى من حيث تنظيم الأفكار، ومن حيث محتوى الأفكار التى يتم التعبير عنها. ففى الفصام هناك معاناة من عدم التنصيق أو التماسك أو التوحد بين العمليات الفكرية، ومن أمثلة أضطراب الشكل الحالة الآتية :

سؤال : كم يبلغ عمرك ؟

الـــرد : لماذا أنا عمرى عدة قرون.

سؤال : منذ متى وأنت هنا ؟

الـــرد : أننى هنا الآن فى هذه الشركة حاضراً وغائباً لمدة طويلة. لا أستطيع أن أذكر هذا الوقت بالضبط لأننا مشغولون بالهواء فى الليل وهم يحضرون الناس ثانية : أنهم يتقلون كل شئ، أنهم يستطيعون أن يجعلوك تكذب

أنهم يستطيعون أن يتحدثوا من خلال زورك.

سؤال : من يكون هذا ؟

الـسـود: لماذا الهراء ؟

سؤال : ما هو اسم هذا المكان ؟

الـسـود : هذا المكان يسمى النجم.

سؤال : من هو الطبيب المسئول عن عنبرك ؟

الـسـود: جسم بالضبط مثلك يا سيدى. أنهم يستطيعون أن يجعلوك أسوداً أو أبيضاً.

نقول عن الأعراض العامة للفصام اضطراب التفكير أو الفكر thought disoder وكذلك اضطراب اللغة Disotder of langugae ومن أظهر ذلك استخدام الألفاظ الجديدة أو التعبير الجديد Neologism فقد يستخدم المريض عبارات وألفاظاً ويربطها مع بعضها، ولكن دون أن يكون لها معنى، وقد تحمل معانى وأفكار واضحة. ويلاحظ على مريض الفصام ما يمكن أن نسميه خليط من الكلمات Salad إشارة الى عدم تنظيم كلام المريض، ويظهر حديثه فقراً فى المعانى والأفكار وتفككاً أو انحلالاً فى الكلمات.

الى جانب هذه الأعراض هناك اضطرابات فى الادراك الحسى للمريض Disorder of perception حيث يوجد أدلة تؤكد أن مريض الفصام يدرك العالم بطريقة مختلفة عما يدركها الأسوياء حيث يعترى ادراكهم الخطأ والخلط والفساد من حيث الزمن والحجم أى التحريف والتشويه Distortion كذلك يجد الفصاميون صعوبات فى التعرف على الأشخاص، وفى فهم كلامهم وهم يعانون من التغيرات الشمية Olffactary Changes . ويشعرون أن أجسامهم تصدر روائح كريهة أو غير محببة. وفى المجال السمعى يعانى المريض من الهلاوس السمعية Auditary hallucinations ويتبعها الهلاوس البصرية Visual . يغلب الخيال على المدركات الحسية لدى المرضى الفصاميين. Imageries ويكمن الفرق بين خيالات الأسوياء وهلاوس المرضى فى مقدار البعد عن عالم الحقيقة، حيث لا

تتصل بعالم الحقيقة. والخيالات لدى المرضى غير منظمة أو مضطربة ويجد المريض صعوبة فى التمييز بين ما هو مناسب وما هو غير مناسب Irrelevant الى جانب ذلك هناك اضطراب العزلة أو الانسلاخ Disorder of Alienation حيث ينسحب مريض الفصام من عالم الحقيقة والواقع، ويشغل باله بالخيالات والأوهام Fantasis، ويصاحب هذه الحالة ضيق فى مجال الانتباه والتركيز وتتسم الحياة العقلية لدى الفصامى بالجمود والتحجر. ويظهر ذلك فى مجرد تكرار الفصامى للكلمات آلياً، تلك التى يسمعها من الغير دون وعى ولا يستطيع الفصامى أن يتكيف بطريقة اجتماعية.

وهناك كذلك اضطراب العاطفة أو الوجدان The disorder of affect أو الشعور. فقد يعانى المريض من الفقدان التام للشعور، كأن لا يبدى أى تأثر أو أى اهتمام بما يدور حوله من الأحداث أو يبدى إنفعالاً، ولكنه إنفعال غير ملائم للموقف المثير. فعلى سبيل المثال قد نراه ضاحكاً مسروراً فى موقف وفاه أحد الأصدقاء المقربين، وقد يبكى إذا دخل الامتحان ويعانى مريض الفصام من الانسحاب من عالم الحقيقة والواقع Withdrawal from reality.

ففى الوقت الذى تجد فيه أرباب الفصام البسيط تربطهم علاقة غير ثابتة ومضطربة بعالم الواقع، ينسحب الفصاميون أرباب الفصام الشديد انسحاباً كلياً من عالم الواقع، وينغمسون فى الأوهام والخيالات، وبذلك ينسحب المريض الى عالمه الخاص به، حيث دلت بحوث كثيرة على أن الفصامى يفضل أن يظل على مسافة من الناس أو يظل بعيداً عن الناس. ولاحظ بعض العلماء أن الفصامى لا يحملق فى الناس أو يتفرسهم، كذلك فإنه يتحاشى أو يتجنب أن ينظر اليه الآخرون، إن عالم الفصامى، وكذلك تفسيراته للعالم تتمركز حول ذاته هو. فقد يفسر ابتسامة الناس فى وجهه بأنها سخرية أو عدم قبوله.

هناك محاولات لدراسة ذهان الفصام عن طريق إحداثه صناعياً فى الأشخاص الأسوياء وذلك عن طريق الحرمان الطويل من النوم وإعطاء بعض العقاقير التى تحدث أعراضاً تشبه الأعراض التى يظهرها مريض الفصام الطبيعى.

وهناك أنواع فرعية من ذهان الفصام منها الفصام البسيط والفصام المبكر أو فصام الشباب Hebephrenic والفصام الكتاتونى أو التخشبى أو التصلبى والفصام الاضطهادى وفصام الطفولة وفصام المراهقة والفصام الشعورى والفصام الحاد والفصام المزمن والفصام غير المميز وبقايا الفصام.

علاج مريض الفصام :

كان علاج هذا المرض قديماً صعباً للغاية، ولكن فى السنوات الأخيرة أصبح هذا الأمر ممكناً الى حد كبير، وإن كان مازال من الصعب تحقيق الشفاء التام والكامل (٥). فبالنسبة لمرضى العيادات الخارجية يجرى اعطاؤهم المعالجات الكيميائية عن طريق المهدئات والمنشطات والعقاقير المضادة للقلق. Tranquilisers, energisers and antianxiety drugs.

وهناك نظام يبقى فيه المريض نصف اليوم داخل المستشفى وذلك للحالات الأكثر حدة وشدة والحالات المزمنة والمرضى الذين تصدعت أسرهم. من بين المناهج العلاجية المستخدمة مع الفصاميين العلاج الجماعى، وفيه يشترك المرضى وينخرطون فى مناشط جماعية، الى جانب استخدام العلاج الفردى، وفى كثير من الحالات تبين أن العلاج الجماعى أفضل من الفردى ومن تلك الوسائل العلاجية منح المرضى مكافآت مالية نظير أعمالهم وكذلك علاج البيئة Token economy and milieu therapy. وفى هذا يقوم المريض بعمل ينظمه بنفسه. وهناك العلاج عن طريق الموسيقى والفن التشكيلى والدراما والعلاج السلوكى والعلاج بالتحليل النفسى والعلاج بالكتب وبالماء..... رلخ.

المراجع :

(١) عبد الرحمن العيسوى، باثولوجيا النفس، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، ١٩٨٩ .

(٢) عبد الرحمن العيسوى، أمراض العصر.

(3) Shumagam, T.E., Abnormal psychology, 1981.

(٤) عبد الرحمن العيسوى، علم النفس الطبى، منشأة المعارف، الاسكندرية.

(٥) عبد الرحمن العيسوى، العلاج النفسى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٩٣ .

الدراسات العلمية فى ذهان الفصام

هناك كثير من الدراسات التى تجرى على مرضى الفصام أى ذهان الفصام، وهو مرض عقلى وظيفى، يصيب الوظائف العقلية لدى المريض، كالتفكير والتخيل والتصور والادراك والتذكر والاستدلال، وادراك العلاقة بين العلة والمعلول، كما يمتاز هذا المرض بحدوث خلل فى الحياة الانفعالية أو العاطفية لدى المريض، من ذلك فقدان الحساسية للمثيرات الانفعالية، أو يصاب بالبلادة الانفعالية وبالاضطراب، بحيث لا يبدى أية إنفعالات على وجه الإطلاق فى المواقف التى تحتاج الى التعبير عن بعض الانفعالات، أو يبدى انفعالات لا تتفق مع طبيعة الموقف المثير، كأن يضحك فى موقف جاد أو فى موقف مثير للحزن، ومن أعراض الفصام كذلك عدم التحكم فى الانفعالات والمعاناة من الهلاوس، وهى مدركات حسية زائفة، حيث يدرك أشياء وموضوعات غير موجودة فى عالم الحقيقة، فقد يسمع أصواتاً أو يرى أشباحاً. ويعانى من الهذيان أو الضلالات أو الهذاء، والهذاء فكرة زائفة كأن يتصور أن الناس تحيك له مؤامرة لإغتياله [1]. أو غير ذلك من الضلالات.

وفى هذا الاضطراب العقلى الخطير تجرى الدراسات والبحوث، ولذلك تم تصنيفه الى عدة أنماط فرعية، وتم استحداث أعراضه صناعياً عن طريق تعاطى بعض العقاقير، من ذلك ما يعرف باسم فصام العمليات Process Schizophrenia وهناك فصام رد الفعل Reactive Schizophrenia ويمتاز هذا النوع من ذلك الاضطراب العقلى بالظهور فجأة ويمر بمراحل.

أما فصام العمليات فينمو ببطء وبالتدريج، ويمتاز بفقدان الاهتمام، وأحلام اليقظة، والعزلة، وما الى ذلك من الأعراض. ويكمن فيها كثير من العوامل الوراثية والعضوية Genetic and Organic Factors بمعنى أن المريض يرث الاستعداد للإصابة بالفصام عن طريق ما ينقل إليه من جينات [2].

ويوجد فروق بين هذين النمطين فى الدافعية، والادراك، والتعلم، والأداء،

والاستجابات الشعورية.

وهناك تصنيف آخر لمرض الفصام، يقسمه الى فصام داخلى المنشأ Endogenous Schizoprenia وفصام خارجي المنشأ Exogenous ولقد وضع هذا التصنيف كربلين Kraepelin لكل الذهانات العقلية، وطبقه بعض الأطباء على حالات فصام الشخصية.

الفصام داخلى المنشأ ينشأ من عوامل وراثية، أما الفصام الخارجى المنشأ فينشأ من ظروف خارجية.

ولقد تم قبول هذا التقسيم فى الأوساط الطبية بعد القيام بسلسلة من التجارب على ما يسمى بالذهان النموذجي Model Psychosis أو الذهان التجريبى Experimental Psycohosis أى ذلك الفصام الذى يمكن إحداثه فى الأشخاص الأصحاء عن طريق تعاطى بعض العقاقير. ولقد وجد تشابه كبير بين هذه النماذج وبين مرضى الفصام الخاليين من الاضطرابات العقلية. وكانت هذه النماذج تظهر أعراض التسمم أو زملة أعراض التسمم Toxic Syndrome. وهناك منهج آخر يستخدم فى إحداث الفصام هو الحرمان من النوم Sleep Deprivation.

وهناك أقسام أو أنواع فرعية من ذهان الفصام مثل الفصام البسيط، والفصام المبكر، والفصام التخشبى أو التصلبى أو الجمودى، وفصام الاضطهاد، ويمكن إضافة فصام الطفولة، وفصام الشعور أو الوجدان، والفصام الحاد، والفصام المزمن، والفصام غير المميز، والفصام المتبقى.

بالنسبة للفصام البسيط، فتنمو فى حالته مظاهر الشذوذ فى السلوك، ويجد المريض صعوبة فى الاتصالات الاجتماعية، ويمتاز بعدم المعقولية وانخفاض معدلات الأداء والعزلة عن الحياة الاجتماعية [٣].

وقد يخلط بعض الناس بين الفصام البسيط وبين التخلف العقلى Mental Retardation وذلك لأنهم (المرضى) يظهرون نوعاً من البلادة وعدم المبالاة

والعجز عن تركيز الانتباه، ولديهم مستويات ضعيفة من الدافعية الى جانب العجز العقلى الواضح، ومع ذلك فالاختبارات النفسية تكشف عن عدم اصابتهم بالتخلف العقلى، كذلك قد يخلط البعض بين الفصام البسيط والشخصية غير المتلائمة، وإن كان أرباب الشخصية غير المتلائمة يحاولون أن يقوموا بوظائفهم بكفاءة، بينما الفصاميون لا يحاولون ذلك اطلاقاً. تدل الدراسات الميدانية أن معظم مرضى الفصام البسيط ينحدرون من بيوت محطمة أو من بيوت التبنى أو من البيوت غير السعيدة.

ويظهر المرض لأول مرة فيما بين البلوغ الجنسى وبداية وسط العمر، وقبل ظهور الأعراض عليهم كانوا يعانون من العجز عن التكيف الجنسى، ويمتازون بالخضوع والخجل وشدة الحساسية Hypersensitiveness. وللأسف الشديد قد ينجرف عدد من مرضى الفصام البسيط الى الجنوع والدعارة والتشرد . Vagrancy, delinguency and prostitution

والخلاصة أن أعراضهم بسيطة أو خفيفة، ويتمكن المريض من الإتصال المعقول بالبيئة، ومن هنا يصطدمون بالقانون، وقد يتعرضون للحبس أو السجن.

أما فصام الشباب أو الفصام المبكر Hebephrenic ويشير الأصل الاشتقاقى الى عقل الشباب، ولقد كان الاعتقاد السائد بأن هذا الاضطراب يحدث فى السنوات الأولى من حياة الانسان. ومن أعراض هذا المرض الهلاوس Hallucinations وخاصة الهلاوس السمعية Auditory والضلالات أو الهذاءات المتصلة بالحياة الدينية والجنسية وبحالات توهم المرض والاضطهاد أو الاتهام. ويبدو السلوك شاذاً أو سخيفاً وتافهاً، فقد يقهقه المريض بطريقة طفلية، ويتحدث بلا تناسق وبلا تعقل. ويربط بعض الأصوات ويخترع لغة غريبة ولا يهتم بصحته الشخصية، ويعترى المريض نوبات من الاثارة Excitability . هذه أهم أعراض ذهان الشباب أو الذهان المبكر، أما الفصام التخشبى أو التصلبى أو الكاتاتونى Catatonic Schizoprenia والأصل الاشتقاقى يأتى من انخفاض معدلات النغم العضلى، ومعظم الاضطراب، ينحصر فى الاضطرابات الحركية Motor

distrubances حيث يجلس المريض أو يقف فى وضع واحد، ويرفض أن يتكلم أو يعير لأى شىء أمامه أو يقال له اهتمامه. ويبدو بعيداً كلية عن الاتصال بالعالم الخارجى المحيط به، ومع ذلك هناك أدلة تشير الى أنه يعرف ما يحدث له، ولكنه لا يستجيب للمثيرات العادية للبيئة المحيطة به. ولكن الكتاتونى لا يبقى بلا حراك على طول الخط، ولكنه يتناوب بين عدم الحركة أو الحراك وبين الاثارة الشديدة Wild excitement.

فى نوبات التخشب، تلك النوبة التى قد تستمر لساعات طوال، تجمد وتتخشب أطراف المريض وتتورم. ويشبه المريض تمثال الشمع مع الميل الى الرفض أو النفيية. بعض هؤلاء المرضى يتقبل الايحاءات، وينفذ بصورة ميكانيكية الأوامر التى تصدر إليه، أو يقوم بتقليد الغير، ويعانى أيضاً هذا المريض من الهلاوس، وقد يردد الكلمات Echolalia وقد يردد الأفعال Echoprexia وقد يعانى من الحزن الشديد والانسحاب من عالم الحقيقة. وقد يسبق ظهور هذه الأعراض بعض الخبرات الصدمية التى تفوق احتمال المريض.

ويمثل هذا الذهان أكثر أنواع الفصام تعقيداً، ومن حسن الحظ أن حالاته تقل تدريجياً بسبب تقدم المعالجات.

ويمتاز مريض الفصام الاضطهادى أو البارنوى Paranoid Schizophrenia بالمعاناة من الهذاءات المتعددة والمنتظمة Delusions والهلاوس ذات الطابع الاتهامى أو الاضطهادى Persecutory nature مما يؤدى الى فقدان القدرة على اتخاذ الأحكام الناقدة، والسلوك الذى لا يمكن التنبؤ به. لدى هؤلاء المرضى أفكار مرجعية حيث ينسجون الأفكار الهذائية أو الضلالية مع الأحداث غير المهمة للخروج من ذلك بمعان خاصة عن سلوك الآخرين، فقد يسمع المريض الناس يتحدثون عنه، ويقررون (المرضى) أنهم يرون شخصاً ما دائماً أمامهم كرجل البريد، بمعنى أنه يخطط لإيقاع الأذى بهم. كذلك فإن الأحداث التى يشاهدونها على شاشة التلفاز أو التى تنشرها الصحف والمذياع تشير إليهم أو تتصل بهم أو تقصدهم. المريض بفصام الاضطهاد يكون دائماً يقظاً، ثائراً، متحدثاً

أو متكلماً، عدوانياً وأيضاً مضطرباً ومختلطاً وخائفاً لا تبدو على المريض منهم علامات النكوص Regression وبالمقارنة بالأنماط الأخرى من ذهان الفصام، يبدى هذا المريض انفصالاً أقل عن عالم الحقيقة والواقع.

وتكشف الدراسات أن هؤلاء المرضى شكاكون Suspicious ويجدون صعوبة فى الارتباط بالناس. ولقد قرر سيجمند فرويد أن لديهم صراع جنسى مثلى Homo Sexual Comflict . فى كل حالات البارانويا أو ذهان الاضطهاد. وهناك دراسة كشفت على أن نحو ثلث المرضى الذين شملتهم الدراسة كان لهم نشاط جنسى قبل الانهيار. وهناك درجات خفيفة من هذا الاضطراب يميل أصحابها الى توجيه الاتهامات لبعض أفراد المجتمع، ولكن هؤلاء الناس أقل خطورة على المجتمع.

وهناك كثير من الدراسات الميدانية التى يحفل بها التراث العلمى والتى أجريت حول مرضى الفصام وقدراتهم النفسحركية وقدراتهم الادراكية والدافعية واضطراب الذاكرة والذكاء وطرائقهم فى تكوين المفاهيم والتصورات العقلية . (Shunmugan T. E. P. 119)

Psychomotor abilities, perceptual processes, motivation, disorders of memory, intelligence and conceptualizations of schizophrenic patients [(4)].

وما يزال حقل الفصام حقلاً خصباً أمام الدراسات النفسية وخاصة ما يتعلق منها بوسائل العلاج والوقاية والتأهيل.

المراجع:

(١) عبد الرحمن العيسوى، أمراض العصر، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٩٣.

(٢) عبد الرحمن العيسوى، علم النفس الطبى، منشأة المعارف بالاسكندرية، ١٩٩٠.

(٣) عبد الرحمن العيسوى، بالولوجيا النفس، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، ١٩٨٩.

(4) Shunmugam, T. E., Abnormal Psychology, 1981.

نظريات تفسير ذهان الفصام

طبيعة الفصام :

الفصام ذهان شديد، يتضمن اضطراباً فى عمليات الفكر، وغير ذلك من الأعراض السلوكية أو الانفعالية A severe Psychosis involving disturbed thought processes and various emotional and behavioural symptoms (Martin, B. p. 531).

وهناك تعاريف تشير الى اضطراب وظائف الشخص الفصامى، تلك الوظائف العقلية كالتفكير، والنفسية كالانفعالات، والشعورية.

Schizophrenia psychosis with the break down of integrated personality functioning, withdrawal from reality, emotional blunting and distortion, and disturbances in thought and behaviour (Shanmugam EE. p. 351).

إشارة الى أن الفصام يصاحبه انهيار فى تكامل الشخصية وفى وظائفها، والانسحاب من عالم الحقيقة والواقع، والبلادة الانفعالية، وفساد الحياة الانفعالية أو تدهورها وتشوهها، ووجود اضطرابات فى الفكر أو فى التفكير وفى السلوك.

وهناك من يوضح طبيعة الفصام الوظيفية مثل Strange حيث يعرف الفصام بأنه واحد من الذهانات الوظيفية، يتسم بالبلادة والانسحاب الاجتماعى.

One of the function psychoses characterized by apathy and social withdrawal (Strange, J. R. p. 413).

وذلك لأن معظم حالات الفصام وظيفية، وليست عضوية، بمعنى أن العطب أو الخلل أو الفساد أو التدهور يصيب وظائف العضو كالدماغ مثلاً بينما تبقى الأعضاء، من الناحية العضوية، سليمة كبقاء عضو المخ سليماً مع وجود الاضطرابات العقلية. ومعنى ذلك أن الفصام ليس وراثياً أو عضوياً، وإنما هو

وظيفى أى ناتج عن أسباب نفسية واجتماعية، كالأزمات، والكوارث والضغوط، والتوترات، والصراعات، وخبرات الفشل والاحباط والحرمان والقسوة والنبذ والطرد.... إلخ وحقيقة الأمر، على خلاف ما جاء فى هذا التعريف، فإن انسحاب المريض لا يكون انسحاباً إجتماعياً وحسب، ولكنه انطواء على الذات أيضاً. وأن الانسحاب يكون من عالم الحقيقة والواقع Withdrawal from reality كما يذهب الى ذلك سورنسون وزملاؤه (Sorenson, H., p. 415).

والحقيقة أن ذهان الفصام ابتكر اسمه عالم النفس يوجين بلولير Eugen Blueler للاشارة الى الاضطرابات العقلية الشديدة، وفيه يبدو على الشخصية الانقسام أو الانشطار أو التمزق، وكأنها أصبحت شظايا أو أقساماً. وقد تختلف الأعراض من حالة الى أخرى، ولكن بوجه عام يصيب المريض الضلالات أو الهذاءات، أو الهذيان الشاذ Delusions والهلاوس، وتسطح فى الشعور أو بلادة فى الشعور (Gallatin, J., p. 639) فالفصامى ينسحب من العالم الخارجى، ويرتد الى عالم الداخل.

نظريات تفسير الفصام :

كيف فسر علماء النفس أو مدارس علم النفس هذه الظاهرة المرضية الخطيرة، هناك كثير من النظريات التى وضعت لتفسير ذهان الفصام أو انقسام الشخصية منها نظرية التحليل النفسى.

فطبقاً لآراء سيجمند فرويد Freud ، الفصام عبارة عن حالة من النكوص أو الارتداد أو العودة الى الوراء أو السير القهقرى Regression والرجوع الى حالة أولية من النرجسية Narcissism أى عشق الذات أو عبادة الذات أو الولع الشديد بالذات. والنرجسية فى الفكر التحليلى، عبارة عن مرحلة من مراحل النمو فى المرحلة الفمية Oral Stage قبل أن يتمايز «الأنا» عن «الهو» Ego From The id.

وعن طريق الارتداد أو النكوص الى المرحلة الأولى من النرجسية، فإن الفصامى يفقد الاتصال مع العالم، لأنه لا يوجد أنا منفصل. وفى مرحلة المراهقة

والرشد يحدث تكييف لدوافع أو مثيرات «الهو» تلك الدوافع ذات طبيعة جنسية في جوهرها، وهذا هو السبب في حدوث عملية النكوص أو الارتداد الى الوراء.

أما أعراض الهذاء والهلاوس واضطرابات التفكير، فتحدث من جراء محاولة التكيف مع مطالب «الهو» والرغبة في الارتباط بشيء ما أو بشخص ما.

ويذهب أنصار التحليلية الى تأييد هذا الرأى بالقول بأن عجز «الهو» في الفصامى يحدث من زيادة دوافع الهو.

ويفسر الفصام وفقاً لنظرية التعلم الاجتماعى Social Learning Theory، وذلك بالقول بأن الناس الأسوياء يستجيبون للمثيرات الاجتماعية، ولكن في حالة الفصام هذه العملية يتم كفها أو منعها وسوء الوظيفة هذا يؤدى الى فساد الترابط، والى اضطرابات في العمليات الفكرية عند الفصامى. وعدم اهتمام الفصامى بالمثيرات التى تنبع من البيئة تجعل الفصامى يبدو منسحباً.

وهناك محاولات لتفسير الفصام وفقاً لنموذج من نماذج التعلم الاجتماعى Social Learning Model فهم يرون أن الفصام دور إجتماعى Social role يحدده العاملون في المستشفيات العقلية. وأصحاب هذا الرأى يرون أن كثيراً من أوصاف الفصام تشير الى السلوك الذى يحدث داخل المستشفى العقلى Mental Hospital من المواقف الاجتماعية داخل مستشفى الأمراض العقلية. فالعاملون بالمستشفى يهتمون بالمريض أكثر عندما يكون حديثه أو كلامه شاذاً His speech is bizarre وعندما يكون سلوكه شاذاً أو غريباً، عما لو كان سلوكه عقلانياً وممتثلاً. لذلك أجريت دراسات للتعرف عما اذا كان مرضى المستشفى يسقطون انطباعات أو تأثيرات على غيرهم من المرضى. ويوجه نقد حاسم لهذه النظرية. فالفصامى يخلق هو بنفسه دوره الاجتماعى لحماية نفسه من التوقعات الاجتماعية والمطالب الاجتماعية. يحدث له انقسام بين حياته الداخلية وحياته الخارجية وبين آماله وطموحاته.

وهناك النظرية التجريبية في تفسير ذهان الفصام Experintial Theory of Schizphrenia.

ترجع هذه النظرية الى عالم النفس رونالد لاينج Ronald Laing لا ينظر اليها لاينج على أنها مرض، ولكنها لوحة أو عنوان وضع على نوع معين من الخبرات المشكلة والسلوك المشكل.

وهنا فى هذه النظرية، كما فى غيرها من النظريات، تصبح الأسرة عاملاً هاماً فى حياة الفصامى، ولكن بشكل مختلف، فالأسرة هى التى تطلق على السلوك اصطلاح الفصام بدلاً من قبوله كخبرة ذات معنى ودلالة ووظيفة لصاحبها. الفصامى كما لو كان فى رحلة يحتاج الى الارشاد أكثر من احتياجه الى الضبط والتحكم.

وإذا إعتبرنا أن مرض الفصام عبارة عن خبرة إيجابية، فإن ذلك قد يفيد المريض نفسه لإعتناق هذا الاتجاه. ولكن الحقيقة أن هذه النظرية تعوزها الأدلة التجريبية التى تؤيدها. وحتى الآن لا يوجد نظرية نفسية ليست فى حاجة الى إجراء المزيد من الدراسات والبحوث.

العوامل المسئولة عن حدوث الإصابة بفصام الشخصية :

ما هى العوامل المسئولة عن حدوث الاصابة بهذا المرض الخطير ؟

يدلنا التراث العلمى أن هناك كثيراً من العوامل، من ذلك :

١ - العوامل الوراثية Heredity Factors.
٢ - العوامل التكوينية أو الجبلية أو البنائية Constitutional Factors.
٣ - العوامل البيولوجية أو الحيوية Biological Factors.
٤ - العوامل الاجتماعية Social Factors.
٥ - العوامل السيكولوجية أو النفسية Psychological Factors.

ويمكن أن نضيف العوامل الكيميائية أو المادية كتناول السموم والغازات وما الى ذلك.

إن وجود نسبة كبيرة من المرضى الفصاميين ينحدورون من اباء فصاميين أيضاً يجعل بعض العلماء يعتقدون أن هناك عامل وراثى Genetic Factor كذلك

تدل الدراسات التى تناولت التوائم العينية أى تلك التوائم التى تتكون من انشطار بويضة واحدة مخصبة فى الرحم، انقسامها لتكون طفلين Identical twins who develop from a single fertilized egg and share the same genetic inheritance. ومقارنة هذه التوائم العينية بالتوائم الأخوية فقط Fraternal twins . وهم من الناحية الوراثية كالأخوة العاديين. لقد دلت إحدى هذه الدراسات على وجود (٨٦,٢٪) من التوائم العينية وفقط (١٤,٥٪) من التوائم العادية قد أصيبوا بذهان الفصام بفارق يعادل ٨٦,٢ - ١٤,٥ = ٧١,٧٪ زيادة فى حالة التوائم العينية. وفى دراسات أخرى وجدت هذه النسبة تعادل ٣٨٪، ١٠٪ وفى دراسات أخرى كانت هذه النسبة ٢٣,٥٪، ٥,٣٪. هذه النسبة تبدو أهميتها إذا عرفنا أن نسبة الإصابة بالفصام فى المجتمع العام لا تزيد على (١٪) فقط. وفى دراسة أخرى تمت مقارنة أثر التعليم بأثر العوامل الوراثية، حيث تمت دراسة أطفال انحدروا من آباء مصابين بذهان الفصام، ولكن تم عزلهم أو فصلهم وتربوا فى بيوت تبنى، مقارنة هؤلاء الأطفال بأطفال ليسوا من آباء فصاميين. ودلت المقارنة على وجود ١٦,٦٪ من هؤلاء الأطفال أصبحوا فصاميين، بينما لم يصب أحد إطلاقاً بالفصام من مجموعة الأطفال الضابطة. وهناك كثير من الدراسات التى توصلت لمثل هذه النتائج.

العوامل البيوكيميائية :

هناك أدلة على أن هناك بعض العقاقير التى يحدث تناولها أعراضاً للفصام النموذجى. ولذلك يجادل أصحاب هذه الفكرة بأنه اذا كان فى الامكان إحداث هذه الأعراض مؤقتاً، فمن المحتمل وجود عناصر أو مواد داخل الجسم، مثل هذه المواد يتم فرزها فى مثل حالات التعرض للضغط الشديد، ففى تجربة قام فيها الباحث بحقن بعض الأشخاص بمادة مستخرجة من دم مريض بالفصام. حقنها فى شخصين متطوعين من السجناء. ماذا كانت النتيجة ؟ لقد أظهر أحد المرضى أعراض الفصام الكتاتونى والآخر أظهر أعراض فصام الاضطهاد. وكلاهما كانت الأعراض عنده لمدة قصيرة. وهناك تجارب أخرى أجريت على أعداد أكبر من

ذلك، وأسفرت عن نفس النتائج، حيث ظهر على المتطوعين أعراض الخلط، وعدم التنظيم فى التفكير، والضلالات، وأعراض جنون العظمة، وجنون الاضطهاد Persecution and grandeur symptons والهلاوس السمعية Auditory hallucinations ، وكان ظهور الأعراض تدريجياً، واستمرت الأعراض حوالى ١٥ - ٤٠ دقيقة.

وهناك من يدعى وجود تغيرات بيولوجية أو جود أنزيمات فى جسد الفصامى، ولكن السؤال الهام هو هل هذه التغيرات هى التى أحدثت الفصام أم أنها نتيجة لوجود المرض؟ على أحسن تقدير لا نستيطع أن نقبل أكثر من القول بأن العوامل البيولوجية هى أحد العوامل المسئولة عن الفصام، ولكن هناك عوامل أخرى لا يمكن انكارها. لأن هذه المواد التى يدعى مسئوليتها عن نشأة الفصام لا تختلف معدلات وجودها فى الأسوياء عنها فى الفصاميين.

العوامل العصبية الفسيولوجية Neurophysiological Factors :

تأسيساً على إقتراح إيفان بافلوف عالم النفس الروسى، بأن الفصاميين لديهم جهاز عصبى ثائر بصورة شاذة أو غير طبيعية، أجريت عدة دراسات على التوازن بين الاثارة والكف فى الجهاز العصبى، ونتيجة لمثل هذه البحوث هناك فرض مؤداه أن الفصام قد ينشأ من، على القليل جزئياً، من عدم الانتظام فى وظائف الجهاز العصبى المستقل أو الذاتى أو الأوتونومى Autonomic nervous system.

ويعد عدم الانتظام هذا الفرد للإثارة الزائدة أو الاثارة القليلة جداً. الاثارة قد تكون عالية ورد الفعل بطئ بالقياس الى الحالات السوية.

العوامل الاجتماعية فى نشأة فصام الشخصية :

هناك دراسات تكشف عن وجود علاقة بين الفصام والطبقة الاجتماعية، فلقد وجد أن نسبة حصول الفصام فى المناطق المتدنية المستوى اجتماعياً واقتصادياً تصل الى ضعف مثلها فى المناطق الأخرى. بمعنى أن الفصام يزداد انتشاره مع الفقر، وخاصة فى وسط النساء. وظهرت دراسات أيدت هذه النتائج فى بلدان كثيرة، منها الولايات المتحدة الأمريكية وانجلترا والدينمارك والنرويج.

ولكن كيف نفسر الارتباط الملاحظ هذا بين الفصام والطبقة الاجتماعة ؟

فقد يرجع هذا الفرق الى قلة المعالجة أو إنخفاض مستواها، وإلى قلة توفر الفرص التربوية، مثل هذه الظروف تجعل حياة المرضى كلها سلسلة من الضغوط، وتعدهم الى الاصابة بالفصام Predisposing them to schizophrenia.

وهناك تفسير يرجعها الى ظروف معيشة الفقر، ونقص التغذية قد يهيئ الفرد للإصابة. ولكن هذه النقطة مازالت فى حاجة الى مزيد من الدراسة لتحديد أثر العوامل الإجتماعية فى نشأة فصام الشخصية. وهنا يجب أن نشير الى دور الأسرة فى نشأة الفصام.

دور الأســـــرة :

لا شك أن العلاقات الأسرية، وخاصة تلك العلاقة التى تقوم بين الأم والابن، لها تأثير كبير على شخصية الطفل. فالأم المسيطرة أو المتسلطة والباردة عاطفياً والتى تخلق الصراعات تساعد فى نشأة الفصام فى أبنائها. الأمهات اللاتى أنجبن أطفالاً فصاميين كن يرفضن أبناءهن ويضغطن على أبنائهن من أجل الاستقلال، وفى نفس الوقت كن يمارسن منهج الحماية الزائدة على الأطفال Overproctive وكن يضحين بأنفسهن. هذه الدراما أو المأساة المزدوجة تنمى الصراع لدى الأطفال. وكان هؤلاء الأطفال يشعرون بعدم المبالاة نحو شعور الآخرين، وكانوا يمتازون بالجمود، وكانوا أخلاقيين للغاية فيما يتعلق بالأمور الجنسية، وكانوا يخافون من العلاقات أو الصداقات الحميمة.

ودلت دراسة أسر الفصاميين، أنه لا يوجد أسرة واحدة متكاملة. كانت العلاقة بين الزوجين علاقة احتقار مما يهدد الحياة الزوجية بالانهيار وعدم التقدير وعدم الاعتراف بدور الطرف الآخر. وكان يسودها عدم التكيف فى السلوك بين جميع أعضائها بما فى ذلك الذرية، الى جانب سوء الاتصال Communication.

فللأسرة أثر فى تمتع أفرادها بالصحة العقلية، أو معاناتهم من الأمراض والاضطرابات، ومن هنا لزمت العناية بالأسرة وضرورة توفير الارشاد الأسرى والتوجيه الأسرى وقيام دراسات الأسرة، دراسة علمية.

المراجع :

(1) Martin, B., Abnormal psychology, Holt, Rinehart and Winston, New York, 1980.
(2) Strange, J. R., Abnormal psychology, Mc Graw Hill, New York, 1965.
(3) Sorenson, H., Psychology for living, Tata Mc Graw - Hill, Bombay, 1971.
(4) Shanmugam, T. E., Abnormal psychology, Tata Mc Graw. Hill, New Dllhi, 1981, p. 126.

ذهان الهوس
أعراضه وعلاجه

تعريف الهوس :

المانيا mania كحالة عقلية، عبارة عن شعور مبالغ فيه بالفرح والمرح والبهجة والسرور، وفى الغالب ما يصاحب هذه الحالة هذاءات أو ضلالات جنون العظمة dleusions of grandeur [1]. وهناك ذهان الهوس ـ الاكتئاب manic-depresive psychosis وهو ما يطلق عليه أيضاً إصطلاح الاضطراب الثنائى أو الاكتئاب الثنائى القطب bipolar disorder أو bipolar derpression اشارة الى أن هذا الذهان العقلى، أى المرض العقلى، له نمطان : نمط يسود فيه الفرح والمرح والبهجة والسرور والانشراح، والحركة والحيوية الزائدة، ثم يتحول المريض الى النمط الآخر أو القطب الآخر أو الطرف الآخر من المرض أو الأعراض التى تتمثل فى الحزن والاكتئاب والغم والهم وانكسار النفس وهبوط الهمة وانخفاض الروح المعنوية والشعور بالقنوط والسخط والزجر والتبرم والألم.

فى الطور الهوسى من المرض يشعر المريض، بصورة مبالغ فيها، بالفرح والمرح والحيوية والنشاط والطاقة الزائدة، حيث تمتلئ رأسه بالخطط والمشروعات والأفكار غير الواقعية والتى تمثل هذاء العظمة مع الشعور بالثورة والتهيج والاثارة وعدم الراحة مع حالة من الشرود [2].

ويمكن القول أن الهوس طور من أطوار ذهان عقلى يتسم بتضخم الأفكار، وبالتهيج وانتقال المريض بسرعة من موضوع الى آخر دون أن يكمل أياً منها. مع الميل لسرد النكتة البذيئة الجارحة، والألفاظ النابية، والشعور بالعظمة والاستعلاء، والاحساس الزائد بالانبساط والمرح، مع زيادة الأنشطة الحركية والحيوية، والنشاط والاندفاع نحو تحقيق كل فكرة ترد على ذهن المريض، فيتحول المريض من نشاط

الى آخر دون راحة، ويسود التفكك فى نشاطه الحركى والذهنى (٣)

وهناك أنواع متعددة من حالة الهوس هذه...

أنواع الهوس:

والهوس ليس نوعاً واحداً، ولكن هناك عدة أنواع منه تختلف فى شدتها أو قوتها وكثافتها وفى طبيعتها. ولذلك يمكن تمييز «الهوس الحاد» acute mania وهو عبارة عن حالة من الهياج الشديد أو الحاد، تسبقه فترة من المعاناة من الأرق وقلة النوم، ومن سرعة الغضب. ويتصور المريض أنه فى أحسن حال الآن، ويتصرف بعظمة وكبرياء، ويلقى الأوامر والنواهى على كل من حوله، ويمارس نقاشا غير منتظم، ويسوء أدبه، ويفقد السيطرة على تصرفاته. وقد يهجم أو يعتدى على من حوله، وقد يدمر الأثاث، ويمزق الملابس، ثم يعود فجأة الى حالة الهدوء والمرح والفرح ويبدى أسفه لما بدر منه (٤).

وهناك حالات من الهوس عبارة عن الولع الشديد والشغف الزائد بشىء أو موضوع معين، ويختلف الهوس باختلاف هذه الموضوعات.. من ذلك هوس الكحول أو هوس الجنس أو هوس الفن أو الهوس الدينى، وهوس الكحول apotu mania حالة من السكر الشديد المقترن بالهياج، وقد يحاول المريض قتل من حوله فى هذه النوبة. وينتج من عدم هضم كميات من الكحول (٥). وهناك الهوس المزمن chronic mania هذا النمط من الهوس يبدأ مبكراً فى السن وتستمر أعراضه ونوباته لفترات طويلة. ويمكن تمييز أيضاً هوس الرقص أو الهوس الهستيرى dancing mania, or hysterical mania.

ويطلق عليه أيضاً مرض «التارانتيولا» trantism ويعانى المريض فيه من أعراض الهوس الأخرى الى جانب الرغبة المرضية الشاذة فى الرقص. ويعتقد أن سبب الاصابة به ترجع الى لدغة العنكبوت السام المسمى ترانتيولا trantula. وكذلك يميز العلماء نوعاً آخر من أنواع الهوس هو الهوس الهذيانى أو الهوس الهاذى mania حيث يصاحب الأعراض حالات من الهذاء. وهو عبارة عن آخر مرحلة من مراحل نمو مرض الهوس تلك التى تبدأ بالهوس الخفيف، ثم الهوس

الحاد، ثم الهوس الهاذى. وقد يحدث بصورة مستقلة. ويتسم صاحبه بالتفكك والانقسام. وهذا النمط من الهوس أصبح نادر الحدوث فى أيامنا هذه، مؤكدا ديناميكية الأمراض العقلية.

ومن بين ضروب اضطراب الهوس، الهوس الاكتئابى depressive mania حيث تظهر على المريض عدم المبالاة بكل ما يحيط به، والعزلة التامة، ويصعب عليه القيام بالأعمال مهما كانت بسيطة، ويمتاز ببطء زمن [٦] الرجع عنده أى تأخر الاستجابة بعد حصول مثيرها. مع العجز فى التفكير والمعاناة من الهلاوس والضلالات أو الهذاءات وهى أفكار زائفة، والشعور بالاثم والذنب والتفاهة، ومن الأعراض الجسمية فقدان الشهية والامساك وانخفاض ضغط الدم. وعند النساء انقطاع الدورة الشهرية وقلة النوم.

ويمكن تمييز الهوس الهلاسى Hallucinatory وله أعراض أكثر شدة وحدة، مع المعاناة من الهلاوس أى المدركات الحسية الزائفة أو غير الموجودة فى عالم الحقيقة والواقع، ولكن المريض يدركها كما لو كانت واقعاً محسوساً، كأن يرى أشباحاً ويسمع أصواتاً [٧].

ومعروف أن هناك هلاوس تصيب جميع القوى الحساسة فى الانسان : السمع والبصر والشم والذوق واللمس. والى جانب هذه الأنماط الشديدة من الهوس، هناك الهوس الخفيف hypo mania وفيه يصبح المريض متوسط المرح، ويمتاز بالهوائية والنشاط الزائد عن الحد، ثم هناك الهوس الدورى أو الدائرى periodic mania وهو عبارة عن نوع مختلط من الهوس وأعراضه الاكتئاب. هذا الى جانب الهوس الدينى وتكون أعراضه عبارة عن هلوسات سمعية وبصرية ذات طابع أو محتوى دينى. ثم هناك هوس الشيخوخة Senile mania.

ومن أظهر أنواع الهوس الذهان المسمى بذهان الهوس / الاكتئاب أو الجنون الدورى أو الدائرى حيث تتعاقب على المريض نوبات من الهوس وأخرى من الاكتئاب والخمول والحزن والانطواء manic - depressive psychosis.

ويمتاز المريض بتأرجح الحالة المزاجية من الحزن الى المرح، وقد تطول النوبة

لتصل الى عدة سنوات، وقد تقصر، وقد تطول الفترة بين كل نوبة والأخرى (٨).

أصحاب الاضطراب الثنائى bipolar تتعاقب عليهم حالات متطرفة من المزاج، حيث يمرون فى فترات أو نوبات من الاكتئاب الى الهوس، من حالة من اليأس القاتل الى حالة من المرح الزائد عن الحد أو الخارج عن نطاق السيطرة. يشعرون بالعظمة والسعادة والتفاؤل والطاقة. وتمتلئ أذهانهم بكل الخطط الطموحة.

ولدراسة أعراض هذه النوبة الهوسية يمكن استجواب المرضى لوصف ما يشعرون به من الطموح والأمل والتفاؤل والبهجة والسرور والسعادة والحيوية والطاقة، وكثرة الكلام، وتطاير الأفكار وزحمتها فى ذهن المريض. يشعرون بروح المرح غير المسئولة فى هذه النوبة تمنع حالة الاثارة المريض من النوم الطويل والابتهاج الزائد elation. لا يشعر المريض بالتعب أو الكلل أو الارهاق مع الانطباعات السارة عن الماضى. وفى هذه النوبة تختفى مشاعر الذنب أو الاثم ويتلقى رسائل «علوية» تأتيه من السماء. ويلجأ المريض الى كتابة الخطابات المطولة التى يصل بعضها الى ٣٠ قدما فى الطول. وقد تمتزج مع هذه الحالة حالة من الوسواس بوضع «خطط لانقاذ هذا العالم» الى جانب ذلك يصبح المريض متهيجاً وحساساً للغاية. للهوس أعراض كثيرة.

أهم أعراض الهوس :

ويمكن ايجاز أهم الأعراض التى يعانى منها مريض الهوس على النحو الآتى :

١ - نوبة أو فترة أو مرحلة تمتاز بالمزاج الهائج، وقد تستبدل هذه الحالة بحالة أخرى من الاكتئاب والهبوط والخمول والكسل والتراخى.

٢ - ممارسة نشاط أكثر من العادى سواء أكان نشاطاً اجتماعياً أو فى مجال العمل أو كان نشاطا جنسياً أو فسيولوجيا مع عدم الشعور بالراحة.

٣ - الثرثرة الزائدة أو كثرة الكلام أزيد من اللازم، مع رغبة قهرية فى الاستمرار فى الكلام.

٤ – تطاير الأفكار flight of ideas أو الشعور بأن الأفكار تجرى فى سباق سريع.

٥ – شعور زائد باحترام الذات «بتضخم أو انتفاخ الذات» أى الشعور بالعظمة أو بشيء من أعراض جنون العظمة ذات الطبيعة الهذائية أو الضلالية [٩].

٦ – قلة حاجة المريض الى النوم.

٧ – حالة من الخبل والذهول، وصرف النظر عن المثيرات الخارجية بسهولة، حيث يغير المريض انتباهه بسرعة نحو المثيرات عديمة أو قليلة الأهمية أو غير الملائمة كأن يهتم بالنظر الى قطة عابرة أمامه.

٨ – الانغماس فى أنشطة دون النظر الى نتائجها المؤلمة كالاسراف فى الشراب أو النشاط الجنسى الأهوج أو القيادة الخطرة.

وقد تتناوب حالة الهوس على المريض مع حالة الاكتئاب، وقد لا يحدث ذلك ويظل المريض فى حالة هوس فقط.

هذه هى أهم أعراض حالة الهوس وأنواعها وطبيعتها، ولكن كيف السبيل الى تفسيرها أى معرفة عللها وأسبابها ؟

تفسير الهوس :

تعتبر مدرسة التحليل [١٠] النفسى أن حالة الهوس هى عكس حالة الاكتئاب والهبوط، فالهوس إن هو إلا إكتئاب تم تحويله فى داخل الانسان الى الخارج. فبدلاً من أن يشعر المريض بأنه عديم القيمة وحساس، عندما تهاجمه نوبة الهوس يشعر أنه يحب كل الدنيا، ويتصور نفسه انساناً كاملاً، وأنه لا يغلب أو لا يقهر، ان التناقض بين الحالتين : الهوس والاكتئاب، تناقض شديد جداً لدرجة أن أنصار المدرسة التحليلية يعتقدون أن المانيا، أى الهوس مجرد حيلة دفاعية ضد الاكتئاب defense mechanism . حيلة لابعاد الشعور بعدم الأمل والكآبة والقنوط. وتسمى الحيلة الدفاعية اللاشعورية فى هذه الحالة بحيلة أو آلية الانكار denial [١١] . فى هذه العملية العقلية اللاشعورية يرفض المريض أن يقبل موقفا غير سار، أو يرفض ادراك أو فهم هذا الموقف، وأن وصفه بصفة تجعله أقل تهديداً

مما هو عليه فى الواقع، ويؤكد أن عكس هذا الموقف هو الأمر الصحيح. فالشخص المكتئب يرفض ذلك ويدعى أنه سعيد دائماً. ينكر الاكتئاب على نفسه، فيتحول الى الهوس، ويستدل أصحاب المدرسة التحليلية على صحة هذا الفرض بالقول بأن الأشخاص الذين يعانون من الهوس يعانون أيضاً من نوبات من الاكتئاب، بحيث تتبع النوبة الأخرى، وأحياناً تحدث هذه النوبات المتعاقبة بصورة سريعة جداً. ولكن اذا كانت الحالة الحقيقية هى الاكتئاب الداخلى وكان المريض على المستوى اللاشعورى يسعى لاستبدال ذلك لكنا أمام حيله العكسية ومؤداها أن يظهر الفرد خلافاً لما يبطن، ولسنا أمام حيلة الانكار.

لكن هذه الصورة التحليلية لا تكفى لتفسير نشأة الاصابة بالهوس وغيره من الاضطرابات الوجدانية أو الشعورية، ذلك لأن هناك، ولا شك، عوامل أو استعدادات وراثية فى نشأة المرض العقلى، تلك العوامل التى تتفاعل مع مجموعة أخرى من العوامل البيئية التى تتمثل فيما يسقط على الفرد من الضغوط والصراعات والتوترات والأزمات وما يعانيه من الفشل والاحباط والحرمان والقسوة والنبذ والطرد والاهمال، وما يتواجد فى وسطه من أقران السوء، ومما يتعرض له من الحوادث والاصابات، وتعاطى السموم والكيماويات. فضلاً عن مجموعة «العوامل الولادية» (١٢) وهى ليست وراثية، بمعنى أنها ليست منقولة عن الآباء والأجداد الى الذرية عبر ناقلات الوراثة أو الجينات، وليست مكتسبة من تفاعل الطفل مع البيئة الخارجية، ولكنه يولد بها من ذلك حوادث الميلاد وصعوباته، والأمراض التى تصيب الأم الحامل وخاصة الحصبة الألمانية وما تتعرض له من الحوادث والاصابات والاشاعات والسموم، وما تدمنه من الخمور والمخدرات وما تتناوله من أدوية وعقاقير دون الاستشارة الطبية الى جانب زواج الأقارب واختلاف فصيلة دم الأب مع فصيلة دم الأم.

الاتجاه المقبول فى الأوساط السيكولوجية فى تفسير نشأة الأمراض النفسية والعقلية هو «الاتجاه المتعدد العوامل» ورفض ارجاع الأمراض العقلية الى عامل واحد بعينه سواء أكان وراثياً أم بيئياً وينقلنا هذا الى استعراض مناهج العلاج المستخدمة فى علاج الهوس وغيره من الأمراض العقلية والنفسية.

مناهج العلاج :

تستهدف مناهج العلاج النفسي اعادة المريض الى حالة التكيف والسواء والتمتع بالصحة العقلية والنفسية والشعور بالسعادة والرضا [١٣]. ويتطلب تحريره من الأعراض المرضية والمؤلمة، ومن الاتجاهات والمشاعر والأفكار السالبة. وتكمن خطورة الاضطرابات الوجدانية فى احتمالية لجوء المريض الى ارتكاب جريمة الانتحار. ولما كانت أعراض هذه الاضطرابات بالغة الخطورة والألم، فإن المعالج يحاول راحة المريض منها بأسرع ما يمكن. ويكمن هذا فى العلاج البيولوجى أى الحيوى أى باستخدام العقاقير. فى هذه الأيام هناك الكثير من العقاقير المضادة للاكتئاب. تلك العقاقير التى تمارس تأثيراتها على الجهاز العصبى فى الانسان. وبعض هذه العقاقير يستخدم لامكان السيطرة على حالة الهوس. ولكن العلاج بالعقاقير، وان كان سريعاً، إلا أنه لا يعالج أو لا يزيل إلا الأعراض فقط وتظل أسباب المرض باقية كما هى. فضلاً عن القول : ليس جميع المرضى يستجيبون للعاقير المضادة للاكتئاب antidepressants فضلاً عن وجود بعض الآثار الجانبية السالبة شأنها فى ذلك شأن معظم العقاقير. بعض هذه العقاقير يحذر على من يتعاطاها تناول بعض الأطعمة مثل الجبن والشيكولاتة وغيرهما. واذا حدث وتعاطى المريض واحدا من هذه الأطعمة الممنوعة، فإن ضغط دمه يتعرض للارتفاع السريع لدرجة حدوث اغماءه [١٤] وهناك بعض العقاقير المضادة للاكتئاب التى قد تسبب الأورام، ونوبات الصرع، والتهاب عضلة القلب. وهناك عقاقير أخرى من أعراضها الجانبية خفض ضغط الدم، وعدم انتظام ضربات القلب، والافراط فى افراز العرق، والجفاف الدائم فى الفم والحلق، مع الامساك.

ولكن على كل حال لا ينبغى أن نعتمد كلية على العقاقير فى علاج الاكتئاب. لأن هناك حالات من الاكتئاب تنتج من فشل الانسان فى التكيف مع صعوبات الحياة. واذا صدق ذلك كانت العقاقير اللازمة لازالة الأعراض فقط، مع ترك أو بقاء المريض عرضة للاصابة بالاكتئاب ثانية فى المستقبل. ولذلك يقترح كثير من العلماء حدوث التكامل أو الترابط بين العلاج بالعقاقير

والعلاج بالتحليل النفسي، الذي يستهدف سبر أغوار المريض، والكشف عن محتويات اللاشعور عنده، ومن ثم التعرف على الأسباب الكامنة للمرض. ولقد كشفت الدراسات المقارنة على أن الجمع بين العلاج بالعقاقير والعلاج بالتحليل النفسي له نتائج إيجابية أكثر من استخدام واحد من المناهج دون الآخر.

العلاج عن طريق الصدمات الكهربائية :

يستخدم العلاج بالصدمات الكهربائية Electroshok therapy (ECT) لعلاج الاكتئاب وغيره من الاضطرابات الوجدانية، ويسمى أيضاً العلاج الكهربائي الارتعاشي Electro convulsive therapy. ولقد ظهر هذا المنهج من العلاج منذ أكثر من ٥٠ عاماً عن طريق أحد الأطباء العقليين الايطاليين وهو سيرلتي فالنيستين Cerletti Valenstein عام ١٩٧٣. والمريض الذي يتعاطى الصدمة الكهربائية يتعرض لحالة من التشنج Convulsion وتبدو هذه المعالجة درامية للغاية، ولكن عندما تتخذ كافة الاجراءات والاحتياطيات اللازمة، فإن المريض لا يشعر اطلاقاً بأى ألم. يوضع المريض على منضدة، ويربط جسده، ثم يسترخي جميع عضلاته حتى لا يؤذى نفسه أو يجرح نفسه أو يعض لسانه خلال النوبة الكهربائية حيث توضع الأقطاب الكهربائية على جانبي رأس المريض، ويتلقى المريض صدمة كهربائية قوتها ١٥٠ فولت من تيار كهربائي. ويصبح المريض في حالة تشنج تشبه نوبة الصرع الكبير عند مريض الصرع. ويتلقى المريض مقرراً في العلاج يتكون من حوالى عشر جلسات من هذا النوع مستقل كل جلسة عن الأخرى.

والغريب أن العلماء لا يعرفون ما الذى تفعله الصدمة الكهربائية في داخل المريض، ولكن ثبت أنها مفيدة في علاج. المرضى الذين لم يتحسنوا باستخدام المعالجات الأخرى، تفيد معهم الصدمات الكهربائية. فهناك بعض المرضى الذين قرروا أنهم قد تحسنت حالاتهم فعلاً، إلا أنهم تعرضوا لنسيان خبراتهم المهنية والعلمية السابقة. ولكن لحسن الحظ، فإن المرضى يستردون قدرتهم على التذكر تدريجياً. وخاصة اذا وضعت الأقطاب الكهربائية على النصفين الكرويين للمخ

معاً.

ولكن هذا المنهج ما يزال مثارا للجدل، وان كان يفيد فى الحالات التى تقاوم المعالجات الأخرى. وهناك من يقرر أن العلاج الكهربائى يساعد فى تحاشى التعرض للانتحار فى مرضى الاكتئاب.

العلاج عن طريق حرمان المريض من النوم :

من بين المناهج البيولوجية المستخدمة أيضاً Biological treatment, sleep ويمتاز هذا المنهج بعدم وجود آثار جانبية له. ومعروف أن اضطرابات النوم أحد الأعراض البارزة لمرض الاكتئاب أو الاضطرابات الوجدانية عموماً. وعلى ذلك اذا تم التدخل أزيد من ذلك لإحداث اضطراب فى نوم المريض، فإنه يستفيد من ذلك. ويتطلب هذا النمط من العلاج وجود شخص ما يبقى مع المريض ويوقظه باستمرار لمدد تتراوح من ٣٠ - ٦٠ ساعة. ويكرر ذلك مرة فى الأسبوع أو مرتين. وإذا نجحت المحاولة الأولى والثانية، يمكن تكرارهما لست أو سبع مرات. ويصلح هذا المنهج مع الحالات الحادة من الاكتئاب من المرضى الذين لم يستجيبوا للعقاقير المضادة للاكتئاب. ويمكن الاكتفاء بساعات أقل من الحرمان من النوم (٢٤ ساعة).

وهناك من يقترح ضرورة استخدام هذا النمط العلاجى مع استخدام العقاقير المضادة للاكتئاب وعدم الاكتفاء به وحده.

علاج الاضطرابات الوجدانية عن طريق التحليل النفسى :

الرأى الغالب فى الأوساط العلاجية هو ضرورة تطبيق أكثر من منهج من مناهج العلاج كالتحليل النفسى والعلاج البيولوجى أو الحيوى. العلاج البيولوجى يجب أن يدعم بالعلاج بالتحليل النفسى وبغيره من المناهج. وهناك من يدعى أن التحليل النفسى يكفى وحده على كل حال هناك العلاج السلوكى والعلاج المعرفى. ويصلحان لعلاج الهوس والاكتئاب.

ومن المشاكل التى يواجهها المعالج مع مرضى الاكتئاب أن بعض المرضى لا

يريدون مغادرة قاعة الجلسة بعد انتهائها ويدعون أنهم تذكروا شيئاً ما فى اللحظة الأخيرة للاسترسال فى البقاء، تذكروا فجأة أشياء كثيرة يريدون التحدث عنها، ويطالبون بالمساعدة، ويحاولون اشعار المعالج بالذنب اذا لم تتحسن حالاتهم. ولقد واجه كاتب هذه السطور بكثير من الحالات من هذا النوع أثناء علاجهم وهم الذين يرفضون الحديث فى بداية الجلسة وفى نهايتها يرفضون الخروج، كما أن بعضهم يلقى باللائمة على من عالجوه من قبل دون مبرر، كنوع من التبرير لعدم استجابته للمعالجات. ومنهم من يرغب فى انزال حالة الاكتئاب التى يشعر بها هو على المعالج. ولذلك يتطلب المعالج الميال الى مساعدة المريض وتأييده وتعضيده والذى يمتاز بالمرونة يتغلب على مثل هذه الصعوبات وذلك بكشف هذه المحاولات أو المناورات وتشجيعهم على التحدث عن مشاكلهم الرئيسية. بعد أن تتم مناقشة تاريخ حياة المريض. يمكن شرح هذه الآليات أو الحيل له، وسوف يحاول هو أن يتجنب هذا السلوك ان آجلاً أو عاجلاً عندما يتضح له أنها تمثل علاجاً زائفاً لمشاكله، والسير فى دائرة مغلقة. على أنه من الجدير بالملاحظة أن شرح مشاكل المريض وفهمها فهماً عقلياً لا يؤدى الى الشفاء فى حد ذاته، إنما لابد من تقديم بدائل سلوكية أو نماذج أخرى للسلوك تحل محل النماذج السلبية، أما الفهم وحده أو المعرفة وحدها، فإنها غير كافية لتحقيق الشفاء. بحيث أن تدرب المريض على أن يسأل نفسه : ماذا يريد ؟ ماذا يرغب هو بالفعل ؟ وقد تأتى اجاباته زائفة أيضاً، كأن يقول : أنا أريد السلام. أو أنا أريد سعادة زينائى. ويجب أن يفهم المريض أن لديه قدرات ومواهب ومهارات مثل غيره، ويمكنه استعمال هذه المواهب فى حل مشاكله واستعادة تكيفه.

يجب أن يتعلم نماذج جديدة من الحياة تقود الى استقلاله ونموه الشخصى والفردى والى تحقيق ذاته. ان نمو النماذج الجديدة يزيل النماذج القديمة [١٥].

استخدام العلاج السلوكى فى علاج الاضطرابات الوجدانية :

العلاج السلوكى أحد مناهج العلاج النفسى الحديثة واسعة الانتشار، ويقوم على أساس تطبيق مبادئ التعلم، بصفة عامة، ومبادئ التعلم الشرطى بصفة

خاصة، على المرضى لعلاجهم مما بهم من أمراض. ويطبقه المعالجون السلوكيون فى علاجهم، ويهاجم، فى الغالب، الأعراض التى يعانى منها المريض أكثر من اهتمامه بالصراعات الداخلية أو اللاشعورية. ويكمن الهدف فى تخليص المريض من آلامه بأسرع ما يمكن. يضع هذا المنهج تركيزاً على تعليم المريض لأنماط أكثر مواءمة وانسجاماً من السلوك، بمعنى أن يكون أكثر فاعلية وأكثر مهارة فى التعامل مع حياتهم، كما يدعو هذا المنهج لمشاركة أقارب المريض فى علاج حالته، وفى برامج علاجه، فعلى سبيل المثال لا تشجع أسرة المريض سلوكه الاكتئابى ولا تعززه. ويهتم أبناء الام المريضة بها فقط عندما تبدو نشطة فعالة. ويسعى المعالج لتحسين ظروف الاتصال بين المريض وأسرته. فقد تكون الزوجة مكتئبة وزوجها غير متعاون معها. لابد من التعزيز الاجتماعي فى اطار الأسرة. وعلى ذلك يشترك الزوج والزوجة فى برامج العلاج. ويصلح هذا المنهج مع الحالات غير المتدهورة، وإنما القادرة على التواصل مع المعالج. ومعروف أن مبادئ العلاج السلوكى تتضمن مبدأ التعزيز والكف وسلب الحساسية والعلاج بالنفور والاشمئزاز.

وأخيراً هناك منهج العلاج المعرفى أو العقلانى Cognitive Therapy ويقوم على أساس قيام المعالج بتصويب أفكار المريض الخاطئة أو منطقه المعتل.. كأن يقوم المعالج بتصويب فكرة المريض الذى يعتقد أنه عاجز عن المشى، ويصوب فكرته ويشجعه على المشى منفرداً (١٦).

هوامش ومراجع :

(١) عبد الرحمن العيسوى، أمراض العصر، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، مصر، ١٩٨٦.

(٢) عبد الرحمن العيسوى، علم النفس الطبى، منشأة المعارف بالاسكندرية، ١٩٨٦.

(٣) أحمد زكى بدوى، معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية، مكتبة لبنان، ١٩٨٦، ص ٢٥٦.

(٤) عبد الرحمن العيسوى، باثولوجيا النفس، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، مصر، ١٩٨٩.

(٥) يصاحب تعاطى الكحول كثير من الاضطرابات منها الهذيان الكحولى أو أعراض مرض كور ساكوف والهلاوس الكحولية وهى ادراك المريض لأشياء وموضوعات وأحداث لا وجود لها فى عالم الواقع ومنها الاكتئاب الكحولى والجنون الكحولى والشعور بالاضطهاد والناجم عن ادمان الخمر. طالع مشكوراً عبد المنعم الحفنى «موسوعة علم النفس».

(٦) يقصد بزمن الرجع تلك الفترة الزمنية التى تنقضى بين حصول المثير كسماع قرع جرس الباب والاتيان بالاستجابة المطلوبة ويطول ويقصر هذا الزمن عند الناس المختلفين فهو الفاصل الزمنى بين المثير والاستجابة.

(٧) الهلاوس عبارة عن مدركات حسية سمعية وشمية وبصرية وذوقية ولمسية، زائفة ليس لها مثيرات حقيقية فقد يعتقد مريض جنون الاضطهاد بأنه يتذوق طعم السم المدسوس له فى الطعام من «أعدائه» وقد يشعر المريض أن الحشرات تزحف فوق جلده وقد يسمع أصواتاً تسبه أو تقذفه أو تتوعده وتهدده.

(٨) عبد المنعم الحفنى، موسوعة علم النفس والتحليل النفسى، مكتبة مدبولى، القاهرة، ١٩٧٨، ص ٤٥٠.

(٩) جنون العظمة يصاحبه أوهام أو ضلالات أو هذاءات بعظمة المريض وقوته وأهميته وهى مشاعر مرضية ويضخم الفرد من انجازاته ومن أهمية نفسه ويرى أنه من العظماء أو العباقرة أو القادة والزعماء أو الملوك والرؤساء.

(١٠) مدرسة التحليل النفسى أسسها سيجمند فرويد عالم النفس النمساوى (١٨٥٦ - ١٩٣٩) من أهم مبادئها اكتشاف اللاشعور ووجود معظم دوافع السلوك فيه والقول بأهمية مرحلة الطفولة الباكرة فى حياة الانسان المقبلة والقول بالحيل الدفاعية اللاشعورية كالاسقاط والتبرير والتعويض والانكار والازاحة والعكسية والعدوان.

(١١) الانكار أحد حيل الذات الوسطى اللاشعورية ومؤداه انكار الفرد وجود الموقف المهدد لحياته وذلك بقصد خفض حدة القلق والتوتر. فقد ينكر الحبيب على نفسه أن محبوبته قد ماتت حتى لا يواجه الموقف المتأزم.

(١٢) مجموعة العوامل السببية الولادية أو الميلادية تؤثر فى حياة الفرد وفى نموه وشخصيته

وسلوكه وهى ليست وراثية بمعنى أنها غير منقولة من الآباء والأجداد الى الذرية وأنها ليست أيضاً بيئية بمعنى أنها ليست مكتسبة من جراء الاحتكاك والتفاعل والأخذ والعطاء مع البيئة الخارجية ومع ذلك يولد الطفل مزوداً بها عند الميلاد. ومنها الولادة المتعثرة أو القيصرية أو اصابة الأم بالحصبة الألمانية فى فترة الحمل أو تعرض الأم الحامل للاشعاعات أو ادمانها المخدرات أو الكحول أو تعرضها للسموم أو اصابتها بالحوادث أو حتى مجرد تعرضها للانفعالات الشديدة أو سوء التغذية أو اختلاف فصيلة دم الأب عن فصيلة دم الأم أو زواج الأقارب Congenital factors وهى العوامل الموجودة منذ الميلاد أو مع الميلاد أى ما يحدث فى البيئة الرحمية للأم الحامل.

(١٣) عبد الرحمن العيسوى، العلاج النفسى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٩٤.

(١٤) استخدام العقاقير فى العلاج النفسى لا يخلو من آثار جانبية سالبة منها تعود المريض على تناول العقار وادمانه، ومنها ما يصيب الانسان بمزيد من الخمولَ والكسل ولذلك لابد من الاعتماد على العلاج النفسى الى جانب العلاج الطبى وذلك لازالة أسباب المشكلة من جذورها وعدم الاكتفاء بازالة الأعراض.

(15) Gallatin, J., Abnormal psychology, Macmillan, N. York, 1982, p. 569.

(16) Op. cit., p. 576.

قائمة المراجع

قائمة عامة بالمراجع لمن يرغب فى الإستزادة والتعمق فى موضوع الإيمان والصحة النفسية

- القرآن الكريم.
- ابن أبى اصيبعة، عيون الأنباء فى طبقات الأطباء، مكتبة الحياة، بيروت، لبنان ب ت.
- أحمد عزت راجح، أصول علم النفس، دار القلم، بيروت، لبنان ب.ت.
- الامام محمد بن سيرين، تفسير المنامات، المكتبة الحديثة، بيروت، لبنان، ب ت.
- الامام محى الدين أبى زكريا يحى بن شرف النووى، الأذكار النووية، دار الملاح للطباعة والنشر، دمشق، ١٩٧١.
- الامام يحى بن شرف الدين النووى، مختصر كتاب رياض الصالحين، دار القلم، بيروت، لبنان، ١٩٨٣.
- السمرقندى، النظامى العروضى، مقال، ترجمة عبد الوهاب عزام ويحى الخشاب، لجنة التأليف والترجمة والنشر، القاهرة، ب ت.
- بريكان القرشى، القدوة ودورها فى تربية النشء، المكتبة الفيصلية، مكة المكرمة، ١٩٨٤ م. السعودية.
- حسين شويل، الأمومة : الرسالة السامية، دار الرفاعى، الرياض، السعودية، ١٩٨٤.
- حامد عبد السلام زهران، علم نفس النمو، عالم الكتب، القاهرة، ١٩٧٧.
- حنين بن إسحق، المسائل فى الطب للمتعلمين، تحقيق محمد على أبو ريان

وآخرين، دار الجامعات المصرية، الاسكندرية، ١٩٧٨ م.
- خالد عز الدين فراج، الطب الإسلامى، دار الفكر العربى، القاهرة ب ت.
- خالد جلبى كنجو، الطب محراب الإيمان، دمشق، سوريا، ١٩٧١ م.
- زيدان عبد الباقى، الأسرة والطفولة، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ١٩٨٠ م.
- زغلول راغب محمد النجار، أزمة التعليم المعاصر، مكتبة الفلاح، الكويت، ١٩٨٠ م.
- زكريا يوسف، الإيمان وآثاره والشرك ومظاهره، مكتبة السلام العالمية، القاهرة، ١٩٨١ م.
- سيد عبد الحميد مرسى، الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى، المطبعة العربية الحديثة، ١٩٧٥، القاهرة.
- سيد قطب، فى ظلال القرآن، دار الشروق، بيروت، ١٩٨٢ م.
- سيد قطب، العدالة الاجتماعية فى الاسلام، دار الشروق، بيروت، ١٩٧٤ م.
- سعيد الدجانى، آداب الطبابة وحقوق الإنسان، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، بيروت، ١٩٧٩ م.
- سعد جلال، المرجع فى علم النفس، دار المعارف، الاسكندرية، ١٩٨٢ م.
- سامية حمدان، صحة الحامل، دار الأندلس، بيروت، لبنان، ١٩٨١ م.
- سحر مصطفى بليح، علاج النفس، بالأضداد عند الصوفية، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة الاسكندرية، ١٩٩٥. غير منشوره.
- شمس الدين بن قيم الجوزية، الطب النبوى، دار العلم، بيروت، ١٤٠٣ هـ.
- صبحى عبد الحفيظ، التعليم العالى فى المملكة العربية السعودية، مكتبة عكاظ، جدة، السعودية، ب ت.
- الترمذى صحيحه بشرح الإمام ابن العربى المالكى، دار الكتاب العربى، بيروت،

لبنان، ب.ت.

- البخارى، صحيحه بحاشية السندى، دار المعرفة، بيروت، ١٩٧٨ م.

- مسلم، صحيحه، بشرح النووى، دار احياء التراث العربى، بيروت، لبنان، ١٩٧٢ م.

- صالح ناظم، دليل الحيران فى الكشف عن ايات القرآن، دار المعرفة، بيروت، لبنان، ب.ت.

- صالح عبد العزيز، التربية وطرق التدريس، دار المعارف، القاهرة، ١٩٨١ م.

- طه جابر فياض العلوانى، آداب الاختلاف فى الإسلام، كتاب الأمة، قطر، ١٤٠٥ هـ، الدوحة.

- عبد الرحمن العيسوى، أمراض العصر، الأمراض النفسية والعقلية والسيكوسوماتية، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٨٩ م.

- عبد الرحمن العيسوى، الأمراض السيكوسوماتية، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، ١٩٩٥ ودار المعرفة الجامعية بالاسكندرية.

- عبد الرحمن العيسوى، علم النفس الفسيولوجى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ١٩٩٥، ودار النهضة العربية، بيروت، لبنان.

- عبد الرحمن العيسوى، علم النفس الأسرى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، ودار النهضة العربية، بيروت، لبنان، ١٩٩٥ م.

- عبد الرحمن العيسوى، علم النفس والانتاج، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، ١٩٨٦م. والدار الجامعية بالاسكندرية.

- عبد الرحمن العيسوى، سيكولوجية الجنوح، منشأة المعارف، مصر، بالاسكندرية ودار النهضة العربية، بيروت، لبنان ١٩٧٢.

- عبد الرحمن العيسوى، النمو الروحى والخلقى مع ترجمة كتاب النمو الخلقى فى الأطفال، الهيئة العامة للكتاب ـ مصر، ودار النهضة العربية،

بيروت، ١٩٨٠ م.

- عبد الرحمن العيسوى، الإسلام والعلاج النفسى الحديث، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، ١٩٨٦ .

- عبد الرحمن العيسوى، العلاج النفسى، دار النهضة العربية، بيروت، ودار المعرفة الجامعية، ١٩٩٥ م.

- عبد الرحمن العيسوى، سيكولوجية الادمان وعلاجه، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

- عبد الرحمن العيسوى، علم النفس فى المجال التربوى، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية ١٩٨٩ م.

- عبد الرحمن العيسوى، علم النفس فى المجال المهنى، داز المعارف، مصر، ١٩٨٩ م.

- عبد الرحمن العيسوى، سيكولوجية الخرافة والتفكير العلمى، دار النهضة العربية، بيروت، ١٩٨٤ م.

- عبد الرحمن العيسوى، مقومات الشخصية الإسلامية والعربية، دار الفكر الجامعى، الاسكندرية، ١٩٨٦ م.

- عبد الرحمن العيسوى، الإسلام والتنمية البشرية، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، ١٩٩٢ م، والمكتب العربى الحديث، الاسكندرية.

- عبد الحميد دياب، أحمد قزقوز، مع الطب فى القرآن الكريم، مؤسسة علوم القرآن، دمشق، ١٩٨٢ م.

- عبد الكريم عثمان، معالم الثقافة الإسلامية، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٩٨٣ .

- عبد اللطيف حسين فرج، مفاهيم أساسية لطلاب الجامعة، مكتبة السروات، الرياض، ١٩٨٣ م.

- عبد الوهاب أحمد عبد الواسع، التعليم فى المملكة العربية، السعودية، تهامة

جدة، ١٩٨٣ م.
- عبد الوهاب طويلة، عفة النساء «أحكام الطهارة» مكتبة البيت، الكويت، ١٤٠٥ هـ.
- عبد الغنى الخطيب، الطفل المثالى فى الإسلام، المكتب الإسلامى، بيروت، ١٩٨٢ م.
- عبد الله عبد الدائم، التربية التجريبية والبحث التربوى، دار العلم، بيروت، لبنان، ١٩٧٩ م.
- عبد الأمير شمس الدين، الفكر التربوى عند ابن خلدون، وابن الأزرق، دار إقرأ، بيروت، لبنان، ١٩٨٤ م.
- عبد اللطيف صالح، الصيام، دار الحكمة، دمشق، ١٩٧٠ م.
- عطوف محمود ياسين، مصطلحات علم النفس، مؤسسة نوفل، بيروت، ١٩٨١ م.
- على زيور، تاريخ علم النفس، دار الأندلس، بيروت، ١٩٧٨ م.
- على القاضى، أضواء على التربية فى الاسلام، دار الأنصار، القاهرة، ١٩٧٩ م.
- عمادة نجيب، الأسرة المثلى فى ضوء القرآن والسنة، مكتبة المعارف، الرياض، ١٩٨٠ م.
- عمر رضا كحالة، أعلام النساء، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان، ١٩٧٧ م.
- عمرو عمر محمد التومى الشيبانى، الأسس الفلسفية والتربوية لرعاية الشباب، الدر العربية، للكتاب، ١٩٧٣ م.
- غانم سعيد شريف، الاتجاهات المعاصرة فى التدريب، دار العلوم، الرياض، ١٩٨٣ م.
- فاخر عاقل، طبائع البشر، دراسات فى علم النفس، كتاب العربى، ١٩٨٥ م.

- لويس كامل ملكية، سيكولوجية الجماعات والقيادة، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ١٩٨٦ م.
- محمد أمين المصرى، المجتمع الإسلامى، دار الأرقم، الكويت، ١٩٨٠ م.
- محمد رشيد رضا، تفسير القرآن الحكيم، دار المعرفة، بيروت، ب.ت.
- محمد الأحمد الرشيد، الإصلاحات التربوية، مكتب التربية العربى، لدول الخليج، ١٩٨٤ م.
- محمد بن عبد الرحمن بن عباد الحنبلى، دواء القلوب، المكتبة الأهلية، الرياض، السعودية، ١٩٧٩ م.
محمد مصطفى زيدان، النمو النفسى للطفل والمراهق، دار الشروق، جدة، السعودية، ب.ت.
- محمد قطب، فى علم النفس والمجتمع، دار الشروق، بيروت، لبنان، ١٩٨٢ م.
- محمد فؤاد عبد الباقى، تفصيل آيات القرآن الحكيم، دار الكتاب العربى، بيروت، لبنان، ب.ت.
- محمد الغزالى، الجانب العاطفى فى الإسلام، دار الكتب الحديثة، القاهرة، ١٩٧٦ م.
- محمد على الهاشمى، شخصية المسلم، الاتحاد الإسلامى العالمى للمنظمات الطلابية، الكويت، ١٩٨٣ م.
- محمد خليفة بركات، علم النفس التعليمى، دار القلم، الكويت، ١٩٧٤ م.
- محمد عثمان نجاتى، القرآن وعلم النفس، دار الشروق، بيروت، ١٩٨٢ م.
- محمد الخضرى، نور اليقين فى سيرة سيد المرسلين، دار الإيمان، بيروت، لبنان، ١٩٨٢ م.
- محمد عبد الله بن سليمان عرفه، حقوق المرأة فى الإسلام، مطبعة المدنى، القاهرة، ١٩٧٨ م.

- محمد بن جميل زينو، منهاج الفرقة الناجية والطائفة المنصورة، على ضوء الكتاب والسنة، مطابع الصفاء، مكتبة مكة المكرمة ب.ت.
- محمد أبي بكر الرازى، مختار الصحاح، دار الكتاب العربى، بيروت، ١٩٦٧م.
- محمد الطحان، أصول التخريج، ودراسة الأسانيد، مكتبة الرشد، الرياض، السعودية، ١٩٨٣ م.
- محمد علان الصديقى الشافعى الأشعرى، دليل الفالحين لطرق رياض الصالحين، دار الفكر، بيروت، لبنان، ١٩٨١ م.
- محمد فؤاد عبد الباقى، المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم، دار الفكر، بيروت، لبنان، ١٩٨١ م.
- محمد قطب، دراسات فى النفس الإنسانية، دار الشروق، بيروت، لبنان، ١٩٧٤ م.
- محمد فوزى فيض الله، المذاهب الفقهية، شركة الشعاع للنشر مكتبة البيت، الكويت، ١٩٨٤.
- محمود أحمد نجيب، الطب الإسلامى، شفاء بالهدى القرآنى، مكتبة وهبة، القاهرة، ١٩٨٢ م.
- مصطفى فهمى، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار مصر للطباعة، القاهرة، ١٩٧٩ م.
- مصطفى محمد عبد العزيز، سيكولوجية فنون المراهق، مكتبة عكاظ، جدة، ١٩٨٤ م.
- مرسى محمد عرب، لمحات عن التراث الطبى العربى، منشأة المعارف، الاسكندرية، ١٩٧٥.
- وهبى سليمان غاوجى، المرأة المسلمة، دار القلم، بيروت، لبنان، ١٩٧٥ م.
- يوسف القرضاوى، الإيمان والحياة، مكتبة وهبة، القاهرة، ١٩٨٠ م.

- يوسف القرضاوى، العبادة فى الإسلام، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان، ١٩٨٢م.
- يوسف مراد، مبادئ علم النفس العام، دار المعارف، القاهرة، ١٩٨٢ م.
- يوسف مراد، مناهج البحث فى علم النفس، الجمعية المصرية لنشر المعرفة والثقافة العالمية، القاهرة، دار المعارف، ١٩٨١ م.

قائمة بمؤلفات

أ. د. عبد الرحمن محمد العيسوى

أستاذ علم النفس - كلية الآداب - جامعة الاسكندرية

في فروع علم النفس وفي الإحصاء والتربية

تطلب من :

المكتب العربي الحديث - بالاسكندرية - الأزاريطة - مصر
ودار المعرفة الجامعية والدار الجامعية ودار المعارف

(١) دراسات في علم النفس الاجتماعي.
(٢) علم النفس الفسيولوجي.
(٣) القياس والتجريب في علم النفس والتربية.
(٤) اتجاهات جديدة في علم النفس الحديث.
(٥) علم النفس والانتاج.
(٦) تطوير التعليم الجامعي العربي.
(٧) الآثار النفسية والاجتماعية للتليفزيون العربي.
(٨) سيكولوجية الخرافة والتفكير العلمي.
(٩) العلاج النفسي.
(١٠) معالم علم النفس.
(١) سيكولوجية الجنوح.
(١٢) علم النفس بين النظرية والتطبيق.
(١٣) علم النفس علم وفن.
(١٤) علم النفس ومشكلات الفرد.
(١٥) علم النفس والانسان.

(١٦) مناهج البحث فى علم النفس.
(١٧) الكفاءة الإدارية.
(١٨) الكفاءة الإنتاجية.
(١٩) علم النفس الجنائى.
(٢٠) علم النفس القضائى.
(٢١) علم النفس الأسرى.
(٢٢) علم النفس الاكلينيكى.
(٢٣) قاموس مصطلحات علم النفس الحديث والتربية / انجليزى / عربى.
(٢٤) التوجيه التربوى والمهنى.
(٢٥) شخصية المجرم ودوافع الجريمة.
(٢٦) سيكولوجية المراهق المسلم المعاصر.
(٢٧) مشكلات الشباب المعاصر.
(٢٨) مشكلات الطفولة والمراهقة.
(٢٩) أمراض العصر.
(٣٠) باثولوجيا النفس.
(٣١) علم النفس الطبى.
(٣٢) الذهانات العقلية والأعصبة النفسية.
(٣٣) علم نفس النمو.
(٣٤) علم النفس العام.
(٣٥) علم النفس فى المجال التربوى.
(٣٦) علم النفس فى المجال المهنى.
(٣٧) دراسات نفسية حديثة ومعاصرة.
(٣٨) سيكولوجية التنشئة الاجتماعية.
(٣٩) مقومات الشخصية الاسلامية والعربية.
(٤٠) سيكولوجية الشباب العربى.
(٤١) علم النفس المعرفى.

(٤٢) مبحث الجريمة.
(٤٣) سيكولوجية الادمان وعلاجه.
(٤٤) التخلف العقلى.
(٤٥) الأمراض السيكوسوماتية.
(٤٦) تاريخ علم النفس الحديث.
(٤٧) علم النفس السياسى والاقتصادى.
(٤٨) الوعى السيكولوجى.
(٤٩) مناهج البحث العلمى فى العلوم الانسانية.
(٥٠) تنمية الذكاء الانسانى.
(٥١) سيكولوجية التلوث.
(٥٢) سيكولوجية الادارة.
(٥٣) طبيعة البحث السيكولوجى (مترجم).
(٥٤) النمو الأخلاقى فى الأطفال (مترجم).
(٥٥) النمو الروحى والخلقى، مع ترجمة كتاب النمو الأخلاقى فى الأطفال.
(٥٦) الحياة الروحية فى المسيحية والاسلام (مشترك).
(٥٧) الأيديولوجية العربية الجديدة ووسائل تحقيقها.
(٥٨) الاحصاء السيكولوجى التطبيقى.
(٥٩) صحتك النفسية والجنس.
(٦٠) دراسات سيكولوجية.
(٦١) علم النفس فى الحياة المعاصرة.
(٦٢) سيكولوجية الابداع.
(٦٣) الاسلام والعلاج النفسى.
(٦٤) الاسلام والتنمية البشرية.
(٦٥) اضطرابات الشيخوخة وعلاجها.
(٦٦) الارشاد النفسى.
(٦٧) سيكولوجية العمل والعمال.

(٦٨) أصول البحث السيكولوجى.
(٦٩) العلاج السلوكى.
(٧٠) الطريق الى النبوغ العلمى.
(٧١) اشكالية المنهج فى العلوم الانسانية (مشترك).
(٧٢) أصول علم النفس الحديث.
(٧٣) سيكولوجية الاستهلاك والتسويق.
(٧٤) سيكولوجية الطفولة والمراهقة.
(٧٥) سيكولوجية الجسم والنفس.
(٧٦) سيكولوجية الاعاقة الجسمية والعقلية.
(٧٧) سيكولوجية الجرم.
(٧٨) علم النفس الحديث.
(٧٩) دراسات فى السلوك الانسانى.
(٨٠) سيكولوجية النمو.
(٧١) سيكولوجية الابداع.
(٨٢) اختبار الخوف والأمان.
(٨٣) علم النفس البيئى.
(٨٤) العدوان والسيطرة.
(٨٥) اتجاهات جديدة فى علم النفس الحديث.
(٨٦) اتجاهات جديدة فى علم النفس الجنائى.
(٨٧) العصاب والانبساط والكذب فى عينات عربية.
(٨٨) الأخلاق عند الشباب العربى.
(٨٩) المرجع فى علم النفس الحديث.
(٩٠) الصحة النفسية والجريمة الجنائية.
(٩١) الأيديولوجية العربية الجديدة ووسائل تحقيقها.
(٩٢) اختبار الأعصبة النفسية الست.
(٩٣) التوجيه والارشاد الاسلامى والعلمى.

(٩٤) سيكولوجية الارهاب.
(٩٥) العلاج الأسرى.
(٩٦) العلاج بالتحليل النفسى.
(٩٧) علم النفس المرضى.
(٩٨) سيكولوجية التعلم.
(٩٩) نحو علم نفس اسلامى.
(١٠٠) العبقرية والابداع.
(١٠١) شخصية المجرم.
(١٠٢) سيكولوجية العنف والعدوان.

فهرس الكتاب



فهرس بالمحتويات صفحة

المؤلف فى سطور

★ ولد المؤلف فى إحدى قرى محافظة الغربية بجمهورية مصر العربية فى ١٩٣٢/١٠/١٦ وتلقى تعليمه فى كتاب القرية وعلى أيدى شيوخها ثم المدرسة الابتدائية والثانوية بالغربية.

★ حصل على ليسانس الآداب من كلية الآداب بجامعة الاسكندرية عام ١٩٥٩ من قسم متنوع التخصصات واسع المجالات هو قسم الدراسات الفلسفية والإجتماعية وساعد هذا التنوع فى تكوين أفق واسع بعلوم النفس والفلسفة والمنطق والإجتماع والانثربولوجيا والسياسة والأخلاق والتصوف.

★ حصل على الدبلوم العام فى التربية وعلم النفس من جامعة عين شمس عام ١٩٦٠ وكان إنفتاحاً هائلاً أمامه للمجال التربوى الخصب بإعتباره من أكثر المجالات خصوبة فى تطبيق المبادئ والتقنيات السيكولوجية الى جانب الإلمام الواقعى والعملى بظروف الأطفال والمراهقين والإحاطة بمشاكلهم التربوية والإحاطة بمعالم مدرسة أخرى الى جانب مدرسة الاسكندرية فى علم النفس وهى المدرسة التى أسسها المرحوم الأستاذ الدكتور أحمد عزت راجح، الإلمام بأسس مدرسة عين شمس فى علم النفس الحديث وفى التربية.

★ حصل على الدبلوم الخاص من كلية التربية بجامعة عين شمس سنة ١٩٦٣ مما ساعد فى تعميق الفكر التربوى وإتساع آفاق التطبيق السيكولوجى فيه.

★ فى هذه المرحلة الدراسية أصدر أول مؤلف له وهو ما يزال طالباً وهو كتاب «الأيديولوجية العربية الجديدة ووسائل تحقيقها» ونشرته الدولة ممثلة فى الهيئة القومية للكتاب عام ١٩٦٢.

★ أرسل فى بعثه حكومية الى إنجلترا عام ١٩٦٣ حيث حصل على درجة الماجستير فى سيكولوجية فن الأطفال وعلى الدكتوراه فى التكيف وعلاقته بالقيم الروحية والأخلاقية كما حصل أثناء البعثة على شهادة جامعة كامبردج فى اللغة الانجليزية، بينما حصل على الماجستير والدكتوراه من جامعة نوتنجهام بإنجلترا عامى ١٩٦٦ وعام ١٩٦٨.

★ عمل بعد ذلك طبيباً نفسياً معالجاً فى واحدة من أشهر المستشفيات العقلية التابعة لوزارة الصحة الانجليزية بانجلترا حيث أتقن فنون العلاج النفسى كما يمارس فى المستشفيات الانجليزية.

★ عمل خبيراً للقياس والتقويم بإدارة البحوث التربوية بوزارة التعليم عقب عودته من البعثة ثم عين مدرساً لعلم النفس بكلية الآداب بجامعة الاسكندرية عام ١٩٧٠ فأستاذ مساعداً فأستاذ منذ ١٩٨٣/٤/٣٠ وحتى الآن.

★ أعير للعمل بالسعودية الشقيقة، ولبنان والسودان وسافر فى مؤتمرات الى العراق الشقيق وليبيا وسوريا والأردن.

★ أسس عدداً من المعامل والمختبرات وعيادات الطب النفسى فى مصر وفى غيرها.

★ حاصل على ترخيص وزارة الصحة المصرية بمزاولة العلاج النفسى.

★ له العديد من المؤلفات فى مجالات علم النفس الحديث وعلم النفس الإسلامى وفى فنون الإدارة والإحصاء والتربية والقياس والتجريب ومن أظهر المجالات التى اهتم بالتأليف فيها :

علم النفس الفسيولوجى، والاجتماعى، والجنائى، والإدارى، والارتقائى والشخصية والعلاج وعلم النفس المهنى وعلم النفس المعرفى والبيئى والسياسى والاقتصادى. واهتم بمعالجة الكثير من المشكلات التى يعانى منها المجتمع فى الوقت الحاضر ومن ذلك مشكلة العنف والعدوان والتطرف والارهاب والادمان وقضايا الخمور والمخدرات والبطالة والهجرة والعزوف عن الأعمال اليدوية ومشاكل بعض المهن مثل مهنة المحاماه ومشكلات السرقة والطفولة والمراهقة والشيخوخة ويهتم إهتماماً خاصاً بإسهام علم النفس، وكل العلوم، بحل مشاكل المجتمع الراهنة والتصدى لها وتقديم الحلول العلمية لها ووضع البرامج الكفيلة بالوقاية منها ومن أهم قضايا اهتماماته قضية الأخلاق ورسالة الأسرة الحديثة وكل ما يرقى المجتمع وينهض به ويسعد أبناءه.